اقرأ

الدكتور احمد فؤاد الأهوانى

الخوف

دار المعارف بمصر

الخوف

الدكتور أحمد فؤاد الأهوانى

الخوف

اقرأ

٩٨

دار المعارف للطباعة والنشر بمصر

اقرأ ٩٨ — فبراير سنة ١٩٥١



أخى

جنّبك الله الخوفَ وأمّن جانبك، وأذهب عنك الروعَ وأنزل على قلبك السكينة ، ويسر لك سبل الخير ، وباعد بينك وبين المخاوف ، وأنعم عليك بما تطلبه نفسك ، واستجاب لدعائك .

وبعد : فقد ركب الله الخوف فى النفس لحفظ الحياة ، وتجنب الأخطار ، فكان الخوفُ مدعاة إلى الهرب ، ثم أفضى الشعور بالخطو إلى الحذر ، وأدى الحذرُ إلى بسط الحضارة ، وإقامة العمران ، ثم اهتدى الإنسان من الخوف إلى معرفته تعالى فكان رأس الحكمة مخافة الله .

فالخوف مما لا يخلو منه حيوان أو إنسان .

وكلما أمن الإنسان أخطاراً ظهرت له ألوان جديدة من المخاطر . فالطفل يخاف الوحدة والظلام ، والشاب يخشى نتيجة الامتحان آخر العام ، والموظف يقلق على « درجته » أو « علاوته » . ويرهب الفلاح الآفات التى تأكل الزرع ، ويخشى اللصوص الذين يسطون على ماشيته ، والمجرمين الذين يعتدون على حياته . وللمرأة مخاوفها فهى تخشى هجر

زوجها ، ومرض أبنائها ، وتخاف على جمالها أن يذبل ، وعلى فتنتها أن تولى مع ذهاب الشباب .

فإذا كان الخوف عاماً فى سائر البشر ، فذلك لأنه طبيعى لا بد منه كى نأمن الأخطار ، ونتجنب المهالك ، غير أن كثيراً من الناس يجسمه حتى ليخرج به عن الحد المألوف ، أو يهوله فيصبح ضرباً من المرض والشذوذ .

وللخوف الطبيعى مصادر ومظاهر ، وللشاذ أسباب وأعراض ونتائج ، فلا بد من رسم الحدود بين الطبيعى والشاذ ، حتى نصف الدواء إذا عرفنا حقيقة الداء .

وكما يكون الخوف فرديا ، ينتاب هذا الشخص أو ذاك ، ويختلف باختلاف الظروف والسن والتربية والتعليم ، يكون كذلك اجتماعياً يسود الشعوب والدول فتفزع من الحرب وتجنح للسلم وتطلب الأمن . وللشعوب إذا تأملتها مخاوف تشيع فى سائر أفرادها ، وتنتقل مع التقاليد من جيل إلى جيل ، على مر الزمان .

وهذا هو النسق الذى سوف تلقاه حين تطلع على هذا الكتاب ، وتنتقل فيه من باب إلى باب .

الخوف الطبيعى

حكى دارون فى كتاب « التعبير عن الانفعالات فى الحيوان والإنسان » قال : « يُبعد المرء جسمه ورأسه عند الخطر . وقد يمنع المرء حركة الجسم إذا لم يكن الخطر جسيما ، غير أن الغريزة لا تسمع صوت العقل إذا حدثتنا بانعدام الخطر . ذهبتُ يوماً إلى حديقة الحيوان ، ووضعت وجهى ملاصقاً لزجاج بيت الثعبان ، وعزمت ألا أتراجع إذا أقبل يضربنى . وسرعان ما انهارت عزيمتى عندما ضربنى الثعبان من وراء الزجاج ، فقفزت خطوات إلى الوراء . ولم يكن لإرادتى وعقلى حيلة إلى جانب تصور الخطر الذى لم أجربه من قبل » .

ويعتقد كثير من الناس أن الخوف من الثعبان غريزى فى النفس ، لا يكتسب بالتعلم بل يولد مع الإنسان . وقد رأينا كيف عجز دارون فى حكايته عن نفسه عن التوقف من الهرب مع علمه أن الزجاج يحميه . وقد أثبتت تجارب علماء النفس التى أجريت على الأطفال أنهم لا

يخشون الثعبان ، وأن الخوف منه مكتسب ، ينشأ من سماع القصص المخيفة عنه ، ومن رؤية الأطفال الأكبر سنًّا والكبار يتجنبونه ويهربون منه . وهذه صورة طفلة تسمى « أنيت أفرز » كانت تلعب بالثعبان وهي فى الشهر السادس من عمرها ، وتبلغ فى الصورة الأولى أربعة عشر شهراً وفى الثانية ست سنوات .

انفعالات الرضيع :

أجمع الباحثون على أن الرضيع ، نعنى الطفل الحديث الولادة ، لا يتميز إلا بثلاثة انفعالات : الخوف ، والهياج ، Excitement ، والحب .

وقد نفى المدققون من الباحثين ظهور الانفعالات فى الأيام الأولى ، وقالوا : إن المؤثر المفاجئ مثل سقوط الطفل ، أو سماع الصوت الشديد ، أو الألم من مغص ، أو هبوب الهواء على الوجه ، يؤدى إلى صياح الرضيع . وإذا ألقيتَ رضيعاً يبلغ من العمر أربعة أيام أو خمسة ثم تلقفته على مسافة متر ، فإنه لا يبدى أى استجابة ، اللهم إلا بعض حركات غامضة بيديه ورجليه . فكلما كان الطفل صغيراً كان المؤثر قوياً . ويصح هذا عن السرور كما يصح





أنيتا أفرز Annette Avers تلعب بالثعابين ولا تخشاها منذ طفولتها ،
عمرها فى الصورة الأولى ١٤ شهرا ، وفى الصورة الثانية ست سنوات

عن الخوف .

أما الذين نسبوا إلى الطفل الخوفَ والهياج والحب فإنهم فعلوا ذلك عند النظر إلى سلوكه وإلى مظاهره ، ثم أضافوا إليه ما يحسون هم به عند سلوك هذا المسلك ، ذلك أن باطن الطفل كالصندوق المغلق لا ندرى على وجه التحقيق حقيقة ما فيه من شعور . فهم يؤولون السلوك ، ويقولون : حيث إن َفقْدَ ما يعتمد عليه المرء يؤدى إلى الخوف ، فكذلك إذا َفقَدَ الطفل ما يعتمد عليه خاف .

لذلك كان من الخطأ الحكم على موقف الطفل بما نحسه نحن .

ونحن نخشى وقوع الطفل لما قد يصيبه من ضرر ، ونحس أن قلبنا قد سقط من الخوف مع سقوطه . ويرى فرويد أن قذف الطفل فى الهواء يفضى إلى لذة كبيرة تصحبه حتى شبابه وشيخوخته ، وأن ما يراه الإنسان فى الحلم من أنه يطير فى الفضاء إنما نشأ من تلك الذكرى البعيدة .

أجرى أحد العلماء تجربة طريفة إذ أخذ صورة طفل فى حالة سقوطه ، عرضها على اثنين وثلاثين طالباً ، ثم سألهم بيان الانفعال الذي يدل عليه تعبير الوجه فأجابوا كما يأتى :

الجوع (٦) ـ الغضب (١٤) ـ الخوف (١) الألم (٣) الحزن (١) ـ الذعر (١) ـ التقزز (١) ـ الهياج (١) .

يتضح من ذلك اختلاف الناس فى تفسير الانفعال الباطن من النظر إلى التعبير الظاهر . غير أن معرفة المؤثر تقرب من الحكم ، وعندما عرض الطفل وهو يسقط على ٤١ طالباً ، قال ٢٧ منهم إن الانفعال هو الخوف .

بعض المذاهب :

ويذهب بعض العلماء إلى القول بمخاوف طبيعية توجد بالفطرة منذ أن يوجد المرء . ونحن نعرضها ولكننا لا نوافق عليها ، إذ بينت التجربة غير ما ذهبوا إليه .

يقول واطسن Watson صاحب المذهب السلوكى فى علم النفس إن الرضيع يخاف أمرين : الصوت العالى والوقوع . أما الخوف من السقوط فإنه يرجع إلى فقدان ما يعتمد عليه الطفل . ويشيع فى المستقبل بعد أن يكبر الطفل الخوف من الأماكن المرتفعة ، مثل أن يطل الإنسان من حافة جبل عال .

وذهب غيرهم من العلماء ، وهذه نظرة لا يؤخذ بها الآن ، إلى أن هذه المخاوف قد ورثها الإنسان عن حياته الأولى حين

كان يعيش كالحيوان فى الغابات قبل أن يرتقى . فالخوف من السقوط ذكرى حياة أجدادنا الذين كانوا يعيشون كالقردة فى الأشجار . وكذلك الخوف من الرعد والبرق . أما الخوف من الأماكن المغلقة (كلوسترو فوبيا) فيرجع إلى الوقت الذى كان يعيش فيه الإنسان فى المغاور والكهوف . والخوف من الأماكن المفتوحة (أجورا فوبيا) يرتد إلى معيشته فى السهول والخوف من الوحوش . وقالوا إن الخوف من الثعبان ومن الأشياء الباردة الناعمة الملمس هى ذكرى الحياة فى الغابات حين كان يضع الإنسان يده على فرع شجرة فإذا بها تقع على ثعبان .

وربطوا بين تلك الحياة وبين الخوف من الظلام وقالوا إنه غريزى كذلك . وقد أثبتت التجارب أن الطفل لا يخاف الظلام ، بل يكتسب هذا الخوف إذا ارتبط بوجود شىء يخيفه فعلا ، كأن يسمع صوتاً مفزعاً ، أو يرى حلما مزعجاً فى جوف الظلام ، أو يحكى له أهله عن العفاريت وما إلى ذلك ، فيرتبط هذا كله بالظلام ويخشاه .

وإذا صح أن الإنسان قد ورث فى جهازه العصبى منذ عشرات الآلاف من السنين مخاوف معينة ، فإنه يرث الميل أو الاستعداد ، ولكنه لا يرث الخوف من شىء بعينه كالرعد

أو الثعبان أو الوحش .

الاستعداد الفطرى هو الخوف من الأذى ، لأن عدم الهرب من الخطر قد يقضى على الحياة ، وحفظ الذات أول الغرائز فى الإنسان والحيوان . »

ظهور الخوف :

الثابت أن الأطفال الحديثى الولادة لا يبدون حين يتعرضون للمؤثرات الخارجية إلا اهتياجاً أو تأثراً لا يتحدد أو يتميز بميزة خاصة ، كما هو الحال فى الصبيان والشباب وكلما نما الطفل تحددت انفعالاته .

حاول أحد علماء النفس ترتيب الانفعالات بحسب ظهورها فى الطفل من سن الولادة إلى سنتين ، وذلك بعد ملاحظة عدد كبير من الأطفال ، وانتهى إلى هذه النتيجة .

من الولادة إلى ثلاثة أشهر لا نميز إلا التهيج العام . ثم نميز الحزن والسرور عن التهيج ، وفى خلال الأشهر الثلاثة التالية يتميز الحزن فيظهر الخوف والتقزز والغضب . وعند تمام العام يفترق السرور إلى الزهو والحب ، ويبدو على الطفل أربعة تعبيرات ظاهرة هى الصياح والبكاء والابتسام والضحك .

وتشيع هذه الانفعالات فى سائر الأطفال ، وتظهر

عند سن معينة ، ولا أثر للتعلم فى ظهورها ، فهى ولا نزاع ثمرة الغريزة والفطرة .

والصياح وحده لا يدل على الخوف ، فقد يدل على السرور أو التعجب أو الألم ، وكذلك البكاء يدل على الحزن كما يدل على الألم والغيظ والخوف .

والدليل على أن الصياح والبكاء والابتسام والضحك تحدث بدون تعلم عن طريق المحاكاة مع استمرار نضج الطفل ، ما رآه العلماء على طفلة ولدت عمياء صماء بكماء ، فهى لا ترى ولا تسمع ولا تتكلم ، ولا سبيل لها إلى أن تتعلم الضحك مثلا من سماع رنين الضحك ورؤية الوجوه الضاحكة ، ومع ذلك فإنها تنفعل ، ويبدو على وجهها آثار الانفعال كما ينفعل سائر الناس .

كان عمرها عشر سنوات ، لا تتكلم ، ولا تستطيعُ العناية بنفسها ، ولم تتعلم كيفية التعبير عن الانفعالات المختلفة .

كانت تلعب بدمية « عروسة » من الدمى فوقعت من يدها على ثوبها . وإليك وصف تعبيرات وجهها وسلوكها : اتسعت العينان الكفيفتان وارتفع الحاجبان . وشرعت تبحث بيدها اليسرى عن العروسة . كانت هيئة الوجه وتعبيره مما نفسره عادة بالانتباه مع الخوف . . .

أثر التعلم :

يكتسب الإنسان معظم انفعالاته وطريقة التعبير عنها ، وبخاصة مؤثراتها . فقد رأينا كيف يُستأنس الثعبان على عكس ما يعتقد أغلب الناس من أنه مخوف بالفطرة . ويقولون كذلك : إن الخوف من الظلام ، ومن الوحدة ، ومن الأصوات المفاجئة ، فطرى فى النفس . وليس الأمر كذلك ، بل ينشأ الطفل فيأخذ عن أهله الاعتقاد فى ضرر هذه الأشياء ، ويتعلم عن أبويه طريقة التعبير عن خوفه .

وقد نتعلم الخوف من شىء إذا ارتبط بشىء آخر نخافه . وهذه قصة تروى فى كتب علم النفس توضح ما نذهب إليه :

« كان ألبير ، وهو طفل فى الشهر التاسع من عمره ، يبدى الخوف من الأصوات المفاجئة العالية ، ولكنه لا يخاف الفيران البيضاء . غير أنه تعلم الخوف منها فى هذه الظروف : حين قدم إليه الفأر أقبل عليه دون أن يبدو على وجهه أى أثر للخوف . وعندئذ أحدثنا صوتا مفاجئاً بالضرب على قضيب من الحديد ، ففزع ألبير ، وخر على وجهه . . . ثم قدمنا الفأر والصوت متعاقبين بحيث يكون الصوت بعد الفأر مباشرة . وظللنا نكرر هذه التجربة مرة كل أسبوع وبعد

خمس مرات أصبح ألبير يخاف من الفأر وحده . أكثر من من ذلك أصبح يخاف الأشياء التي تماثل الفأر في مظهرها . . .»

وقد أصبح من القواعد المقررة في علم النفس استبدال مؤثر بمؤثر آخر عن طريق الارتباط ، وذلك بعد تجربة « بافلوف » المشهورة على الكلب ، وخلاصتها أن يقدم له الطعام فيفرز الكلب اللعاب ، ثم يقدم له الطعام مصحوباً برنين جرس ، وبعد فترة من الزمن يكفي أن يدق الجرس وأن يسمع الكلب الرنين ليفرز اللعاب .

وهذا هو الحال في الخوف ومؤثراته التي تبعثه .

والأصل في الطفل الرضيع حين ينفعل أن يصيح وأن يضرب بيديه ورجليه ، فإذا كبر تميزت انفعالاته ، ويرجع بعضها إلى النمو الطبيعي ، وبعضها الآخر إلى التعلم من أهله وأترابه . حتى إذا تعلم الكلام عبّر عن مخاوفه باللغة ، وبعبارات تصحب الخوف ، كقوله . . . يا ساتر ، أعوذ بالله . . . الحقوني . . . وما إلى ذلك .

غريزة الأمن :

يذهب بعض العلماء إلى أن الإنسان ليس مركباً من الغرائز ولكن من حاجات Needs ، أساسها فسيولوجي كالحاجة

إلى الطعام والشراب وإخراج الفضلات والهرب من الأخطار . وقد تؤدى الظروف إلى نقص هذه الحاجات فينشط الجسم لطلبها ، وتسمى عندئذ بالدوافع Drives .

أما الذين لا يزالون محتفظين باصطلاح الغريزة فقد جمعو بين عدة غرائز وسموها غريزة الأمن Security Instinct ويضعون تحت عنوان هذه الغريزة، نعنى غريزة الأمن، سائر الغرائز الضرورية لحفظ الفرد ، وهى شائعة فى كافة الحيوانات . وهى التى تدعو الحيوانات إلى طلب الغذاء ، ووقاية أنفسها من أى ضرر أو أذى ، وحماية طعامها .

ولم يكن هذا الاصطلاح معروفاً متداولا حتى جاءت الحرب العظمى الأخيرة فبرزت أهمية الأمن ، ودعت الحاجة إلى صراع الفرد بين نفسه وبين الجماعة التى يعيش فيها وينتسب إليها ، فهو يريد بالفطرة أن يعيش ، وتريد الدولة أن يضحى بنفسه فى سبيلها .

ويذهب أحد العلماء إلى أن غرائز الأمن لا تلعب دوراً هاماً وقت السلم فى تحديد مهنة الأفراد ، وأن عدم الاهتمام بها يفضى إلى القلق الاجتماعى . والأمن عامل يحدد اتجاه السياسة الخارجية للدول ، كما هو الحال فى العصر الحاضر .

وأصبح الناس فى الزمن الحاضر يتحدثون عن الأمن كأنه

مرادف للمال الذى يدخرونه إلى وقت العوز والمرض والشيخوخة .
وينظر المرء حين يطلب وظيفة أو مهنة إلى « الأمن » ولهذا السبب يفضل المصريون التوظف فى الحكومة مع قلة مرتباتها على الأعمال الحرة . ولكن يبدو أن المغامرين الذين لا يحفلون بالراحة والأمن، هم الذين يربحون فى آخر الأمر .

والشباب أكثر مغامرة من الكهول ، والرجال أكثر من النساء . ذلك أن عبء الأسرة يقع فى الأغلب على عاتق المرأة فهى لذلك تفضل أن يشغل زوجها منصباً مأموناً .

وقد فطن الناس فى العصر الحاضر إلى منزلة المال فى الحياة أكثر من ذى قبل ، فاهتدوا إلى طريقه يحصلون بها على المال فى حالة العجز والمرض والموت ، حتى يطمئن بالهم ، ويتبدد خوفهم من الكوارث الطارئة والنوازل التى تنزل بهم ، فتؤرق مضاجعهم وتبث فى أنفسهم القلق والفزع خشية على مستقبلهم ومستقبل أبنائهم ، تلك هى طريقة « التأمين على الحياة » فالخوف المركب فى طبيعة البشر هو الدافع إلى ابتكار هذه الطريقة وإلى شدة ذيوعها .

نرجع إلى الطفل الرضيع فنقول إن حاجته إلى الأمن أشد ، لأنه قليل الحيلة يعتمد فى حياته على أمه . وفى الحق إن حاجاته ضئيلة ، وعالمه صغير ، ومطالبه فى الأغلب فسيولوجية ،

ولكنها تفضى إلى الشعور باللذة . فهو يستمتع بالرضاعة وامتصاص ثدى أمه ، ويعينه هذا الامتصاص على تنظيم التنفس والهضم . وهو يشعر بالحاجة إلى أمه ، وإلى لمسها ، والوجود فى أحضانها ، فللطفل حاجتان أساسيتان : الرضاعة بانتظام والوجود مع أمه ، وإذا فقد إحداهما فقد الأمن وشعر بالخوف ، ولذلك يصيح .

ويذهب علماء التحليل النفسانى إلى أن أنواع المخاوف والقلق التى يشعر بها الكبار ترجع إلى عهد الرضاعة . فإذا شعر الطفل بعدم الأمن فى صغره صحبه هذا الشعور مدى الحياة ، وإذا اشتغل فى عمل ظل فى خوف دائم من الفشل .

ونحن نجد بعض الناس حين يخشون نقص الأطعمة يلجأون إلى اختزان كميات من الطعام ، ونجد بعضهم الآخر لا يحفلون بذلك . ويرجع الفرق بينهما إلى تجارب الأيام الأولى من الحياة ، وإلى عهد الطفولة . فالأطفال الذين كانوا يشعرون بالجوع ، ولم تكن حاجتهم من الرضاعة مشبعة ، والذين أهملتهم أمهاتهم أو منعت عنهم الرضاعة حتى لا يفسدوا ، هؤلاء جميعاً يشعرون بالقلق فيما يختص بالطعام أو فيما يختص بأنفسهم . وقد يختلف سلوكهم ، فبعضهم يشتد نهمه ويأكل أكثر من طاقته ، وبعضهم يتعلق بمن حوله ليشعر بالأمن .

إنهم يخشون قلة الطعام أو نقص المحبة . وقد دلت الأبحاث التي أجريت على بعض جنود الحرب الماضية لمعرفة أسباب قلقهم وعلة انهيارهم العصبي على أن منهم مَنْ فقد أقواته فى بلده فخاف على أهله ، ومنهم من اشمأز من طعام الجيش ، ومنهم مَنْ وجد طريقة الطهى غير مألوفة ولا مستساغة .

مصادر الخوف :

صنف بعض العلماء مصادر الخوف فجعلها ثلاثة :

١ ــ الخوف من المجهول .

٢ ــ الخوف من المعلوم الذى تبين ضرره .

٣ ــ الخوف من شيء ارتبط بالضرر .

هذه المصادر تؤدى إلى الخوف عند الكبار ، فقد رأينا أن الطفل الرضيع لا يخاف حتى الشهر الثالث ، وإنما يشعر بتهيج عام إذا جاع أو فقد الأمن بابتعاد أمه عنه ، أو أحس بألم من حشرات تخزه أو مغص فى معدته .

والخوف من المجهول لا يتم إلا إذا توهم الشخص وجود خطر يؤذيه فى هذا المجهول . وهو ينشأ من تجربة الطفل الذى تدفعه محبة الاستطلاع إلى العبث بكل شيء وتجربة كل ما يراه . فيجد أن جذوة النار تحرق أصابعه ، وحد

السكين يقطع إصبعه ، والدخول إلى الجحور يعرضه إلى لدغ العقرب والثعبان ، فيتعلم الحذر ، ويخشى المجهول .

وقد رأينا فزع أهل القاهرة عند أول غارة جوية حتى لقد هاجر من المدينة بضعة آلاف واعتصموا بالريف واتخذوا لأنفسهم مساكن بعيدة ، حتى إذا تبين أن الضرر غير جسيم عادوا جميعاً .

وكثيراً ما يخاف الطفل الصغير أن يدخل حجرة لم يسبق له أن دخلها ، ويخشى الحصانُ السيارةَ ، وقد يفزع الأسد من رؤية دمية .

ومن الملاحظ شدة خوف الناس من سماع صوت القنابل وزمارات الإنذار ، ثم لا يحفلون بعد ذلك مع الألفة ، إلا من يصاب فعلا . ولوحظ كذلك أن الإسراع إلى المخابئ للوقاية من الغارات الجوية يحط من الروح المعنوية ويزيد من الخوف ويجسمه ، وأن التعرض للغارات أكثر فائدة ولو أنه مخالف للمصلحة العامة .

والخوف من المعلوم ضرره شائع ومشروع وطبيعي .

فأنت تفر من الأجرب خشية العدوى وطلباً للسلامة ، ولذلك ضرب المثل بضرورة الفرار منه فقيل : « كفرار السليم من الأجرب » .

ويفر الكلب من العصا إذا رآها لأنه ذاق مرارة الضرب بها

ولكن الناس عادة تجسم الخوف وتهوله فيصبح عند ذلك غير مشروع أو طبيعي ، مثل الخوف من الرعد والبرق ، ومن المياه العميقة ، ومن المرتفعات ، وما إلى ذلك .

قال بعض المملحين من الشعراء فى بعض النساء يصف تهويلها الخوف :

أرادت مرة بيتا لها فيه تماثيل
فلما أبصرت سترا لوجهيه تهاويل
وفيه الفيل منقوشاً وفى مشفره طول
فقالت إنزعوا الستر فلا يأكلنى الفيل

وقد حدثتك عن قصة الطفل الذى لم يكن يخشى الفيران وكان يفزع من الأصوات المفاجئة ، ثم أصبح يخاف الفيران لأن رؤيتها ارتبطت بسماع الأصوات ، أو الذى يخاف من الثعبان فيجرى من الحبل .

وليس الخوف من الأصوات العالية المفاجئة طبيعيًّا ، إذ ثبت أن الأطفال فى أثناء الحرب لم يفزعوا من سماع صوت القنابل أو المدافع المضادة للطائرات ، بشرط ألا يقلدوا آباءهم فى فزعهم منها .

ويحار كثير من الناس فى تعليل هرب أبنائهم من المدرسة ،

وعلة ذلك فى الأغلب هى الارتباط بين المدرسة وبين ما يؤذى التلميذ ، كأن يكون أحد المعلمين قد ضربه عقاباً على ذنب ، فيخاف من المعلم ومن المدرسة جملة ويهرب منها .

حكى الجاحظ فى الحيوان قال : « قال عبيد بن أيوب ، وقد كان جوالا فى مجهول الأرض ، لما اشتد خوفه وطال تردده وأبعد فى الهرب :

لقد خفت حتى لو تمر حمامة
لقلت عدو أو طليعة معشر
فإن قيل : أمن ، قلتُ : هذى خديعة
وإن قيل خوف قلت حقاً فشمر
وخفت خليلى ذا الصفاء ورابنى
وقيل فلان أو فلانة فاحذر
فلله در الغول أى رفيقة
لصاحب قفر خائف متقتر »

أعراض الخوف

يختلف أثر الخوف فى الجسم من شخص إلى آخر .

ولستَ تجد نموذجاً ثابتاً للمظاهر الجسمانية تستطيع أن تقول عنه : هذا هو مظهر الخوف .

ويصحب الخوفَ تغيرٌ فى ملامح الوجه ، وفى هيئة الجسم ، ويرتعش الجسم والأطراف ، ويتصبب العرق ، وتزيد ضربات القلب ، وتضطرب إفرازات الغدد ، ويجف اللعاب .

وقد نجد بعض هذه المظاهر تسود الجسم فى حالات أخرى من الانفعال كالحزن والغضب. فهناك تدخل بين الانفعالات.

سأل بعض علماء النفس ثلثمائة من الجند عن أعراض الخوف عندهم ، فكانت نسبة الإجابات كما يلى :

دق القلب وسرعة النبض	٦٩٪
شعور قوى بتقلص العضلات	٤٥٪
شعور بالهبوط فى المعدة	٤٤٪
جفاف الفم والحلق	٣٣٪
الرعشة	٢٥٪

عرق كفوف اليدين	٪٢٢
تصبب العرق البارد	٪١٨
فقدان الشهية	٪١٧
وخز فى فروة الرأس والظهر	٪١٧
شعور بالخور والضعف	٪١٤
شعور بوجع المعدة	٪١٤
طنين فى الأذنين	٪٦
تبول غير إرادى	٪٦

(يلاحظ أن الإجابات أكثر من ١٠٠ لأن المسئولين كانوا يتنحون عن الإجابة عن بعض الأعراض)

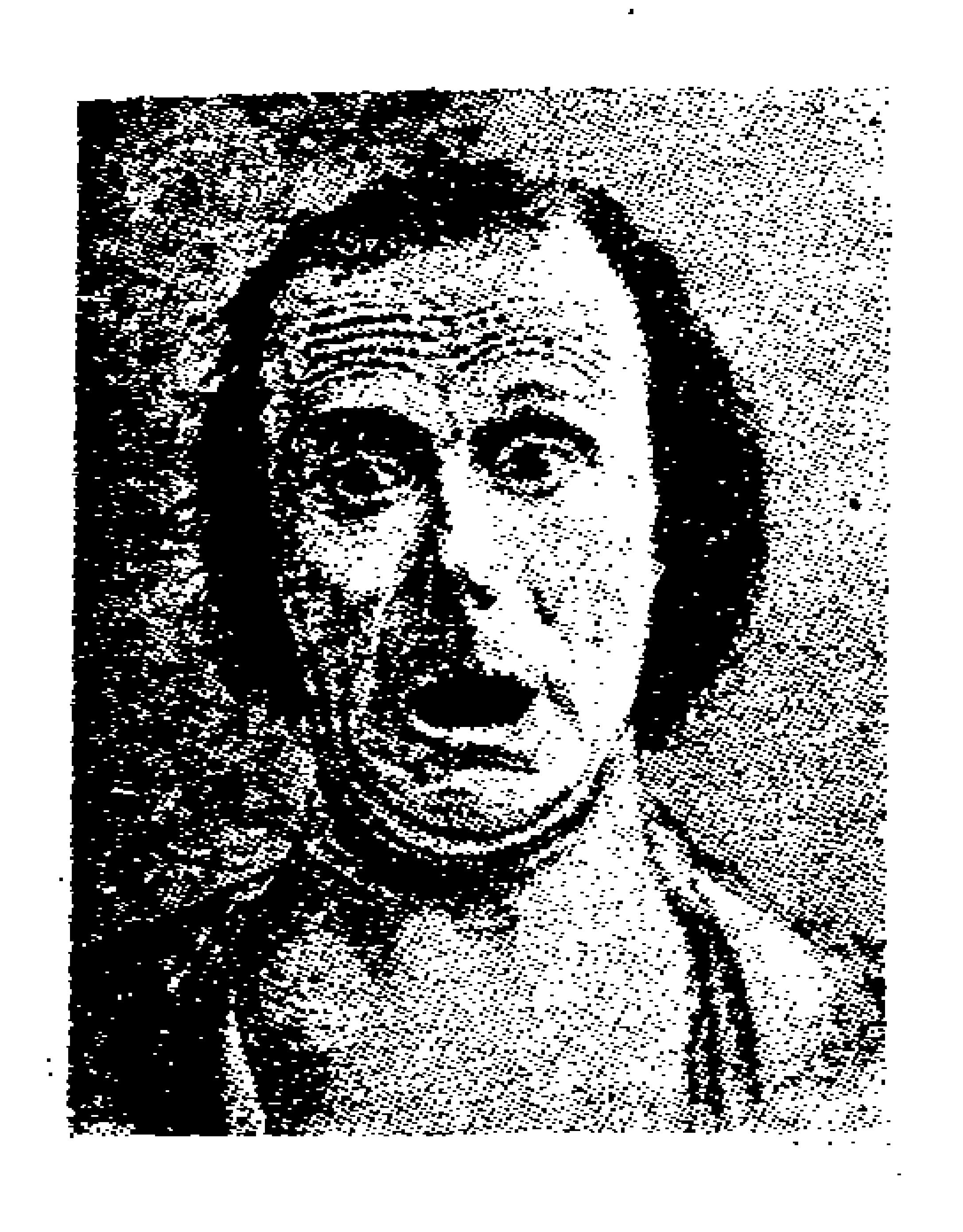
ملامح الوجه :

أهم أجزاء الوجه المعبرة عن الانفعالات : العينان ، والفم والعين أقوى تعبيراً ، وبخاصة فى حالة الخوف والقلق والفزع والرعب .

ويلاحظ اتساع العين ، وارتفاع الحاجبين ، وذلك ليتسنى للحيوان أو الإنسان معرفة مصدر الخطر . ويلاحظ كذلك انفراج الشفتين ، ولعل ذلك لتنفس كمية أكبر من الهواء . ويقول « دارون » : « إن استعمال العينين المستمر جعلهما



امرأة فى خوف ودهشة .



الرعب ... حدق بعينيه وفتح فمه
[عن دارون]

قادرتين على التعبير عن حالات عقلية ، حتى لو لم يكن هناك شىء يُرى . وقد تجد رجلا يرفض اقتراحاً فيقفل عينيه أو يشيح بوجهه . أما إذا وافق على الاقتراح فإنه يهز رأسه ويفتح عينيه كأنه يرى المسألة . وقد نجد بعض الناس عندما يصفون منظراً مفزعاً يغمضون أعينهم أو يهزون رءوسهم كأنهم لا يرغبون فى النظر ، أو يبعدون عنهم شيئاً لا يرغبون فيه . وقد لاحظت نفسى مرة ، وأنا أفكر فى منظر مخيف فى الظلام ، فوجدت أنى أغمض عينى بشدة . وعندما ينظر أحدنا إلى شئ فجأة ، أو يبحث عن شىء حوله ، يرفع

حاجبيه حتى تتسع العينان . . . »

وهذه الملاحظة التى يذكرها دارون عن غمض العينين فى حالة الخوف أو تذكره صحيحة ، لأن الخوف يدعو إلى الهرب وإلى الاختفاء ، فكأننا نفعل كالنعامة التى تخفى رأسها فى الرمال هرباً من الصياد .

ويبدو أننا قد اكتسبنا هذه العادة من غمض الجفن إذا أحست العين بشيء ضار . وهذا فعل منعكس لا أثر للإرادة فيه .

وقد نفزع ، ويجفل الجسم ، عند سماع صوت مفاجئ . ومن المحتمل أن عادة الجفول قد اكتسبها الإنسان من القفز بسرعة ابتعاداً عن الخطر ، كلما نبهتنا الحواس إلى ذلك . ويصحب الجفول غمض الجفون لحماية العينين من الأذى ، لأن العين جوهر جسمانى ثمين .

الرعشة :

كثيراً ما يصحب الخوف ارتعاش اليدين والرجلين ، وليست الرعشة خاصة بالخوف فقط بل تحدث فى أحوال كثيرة : إذا أصيب المرء بالبرد ، أو بردت الأطراف ، وفى الحمى ، وفى الشيخوخة ، وكذلك عند الخوف وفى الغضب

والفرح الشديد .

والعلة فى الرعشة هو تأثر الجهاز العصبى تأثراً مفاجئاً شديداً .

وليست للرعشة فائدة للحيوان – على الأقل فيما نعلم – ولا يمكن أن تكون قد حدثت بالإرادة ، ثم أصبحت عادة مع الزمن .

ولما كان الخوف يؤدى إلى ارتعاش العضلات ، فإن الصوت يصبح مرتعشاً كذلك . أما خشونة الصوت فإنها ترجع إلى جفاف الحلق ، لأن الغدد اللعابية تتوقف عن الإفراز أو يقل إفرازها ويضطرب .

وقد يضطرب الكلام أيضاً من رعشة الشفتين .

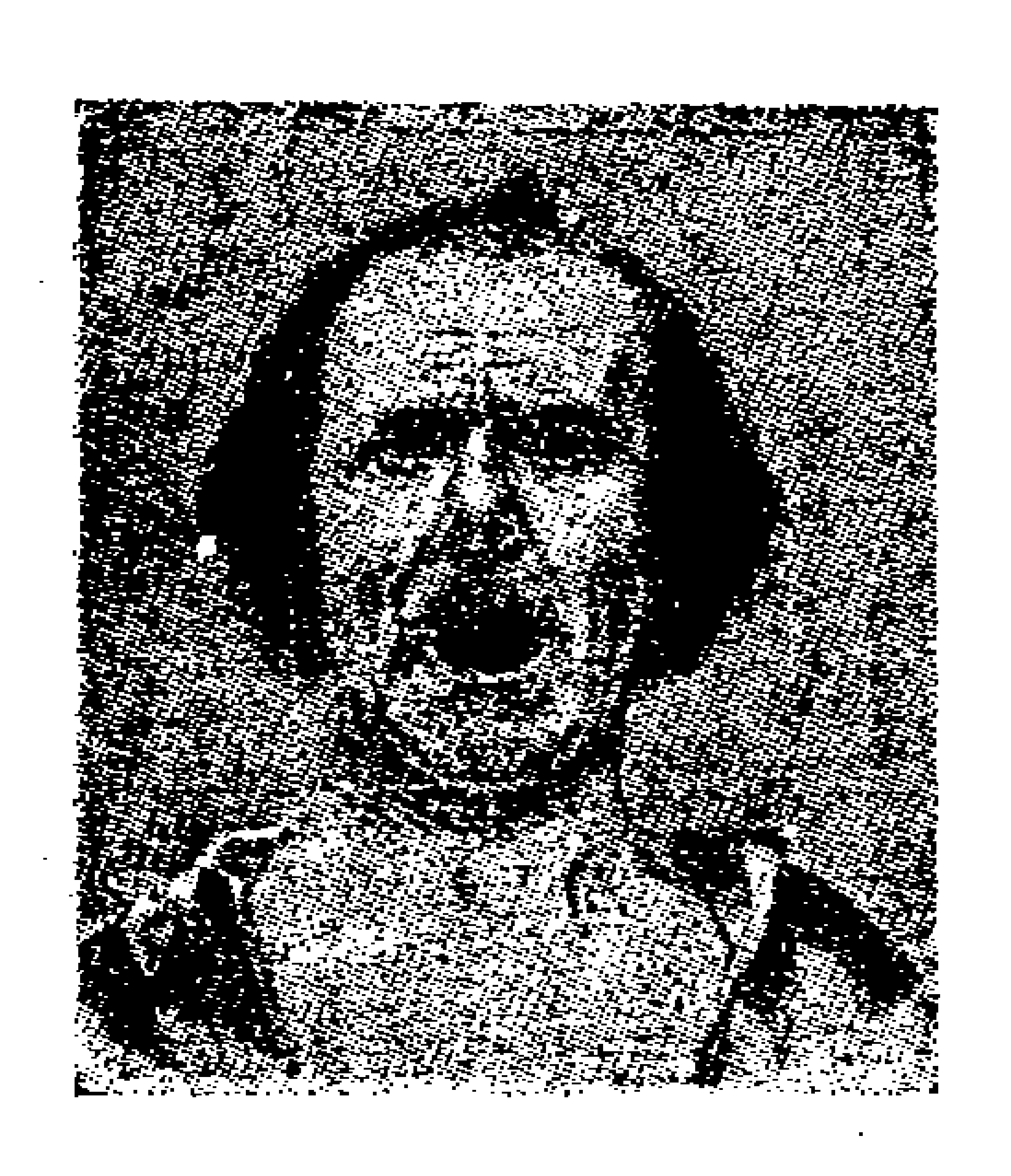
ولا تحدث الرعشة إلا عند الخوف الشديد الذى يسمى ذعراً أو رعباً . ويذهب بعض علماء اللغة إلى أن لفظة الرعب ، وأهم حروفها الراء ، وهى فى اللغة الأجنبية Terror ، مأخوذة من رعشة الفم عند الكلام .

وقد يصاب المرء برعشة لا يدرى لها سبباً ، فيتضح من التحليل النفسانى أنها ترجع إلى خوف كامن من موقف سابق .

حكى «مكدوجل» قصة جندى نجا من قذيفة مدفع ،



رعب



رعب وألم ...... [عن دارون]

ولكنه أصبح ضعيفاً عاجزاً عن المشى ، مرتعش الرجلين . وذهب إلى مكدوجل ليعالجه ، فوجده متحفظاً نافراً . وكان ينفق وقته جالساً فى مكان قصى ، وقد حدق بصره ، ولبس أثواب الحزن . ولم تفلح الجهود المبذولة فى علاجه ، ولم تؤد إلى أى تحسن ، إلى أن وثق المريض به فأفضى إليه بالاعتراف الآتى :

« فى خلال الهجوم وثبت فى خندق ووجدت فيه ثلاثة من جنود الأعداء جرحى ، فطعنتهم بحربتى وأجهزت عليهم. فلما أصابتنى القذيفة بعد ذلك بوقت قصير ، ثم أفقت من هولها ، خيم على ذاكرتى ما فعلته بالجنود الثلاثة ، وأخذ

ضميرى يؤنبني . فإذا جلست وحيداً طاف المنظر بخاطرى، فأرى وجوه الجنود وقد ظهر عليهم الفزع ، وأسمع صيحة أحدهم وأنا أطعنه . إنى أعد نفسى قاتلا أستحق العقاب . وكم أود أن أنسى فلا أستطيع . . . » وقد استعاد صحته بعد الاعتراف والعلاج ، وذهبت عنه أعراض الضعف والرعشة .

خفقان القلب :

ويشاهد فى حالة الخوف ، وفى انفعالات أخرى ، أن القلب يخفق أو يدق ، أو تزيد ضرباته ، ويترتب على ذلك احمرار الوجه من احتقان الدم ، أو شحوبته وصفرته .

وقد لاحظ العرب هذا الأثر فقالوا : حمرة الخجل ، وصفرة الوجل .

ويرجع ذلك إلى تأثير الجهاز العصبى .

فقد تبين من الأبحاث الفسيولوجية الحديثة أن الجهاز العصبى ينقسم قسمين ، الجهاز السمبتاوى ، والباراسمبتاوى ، أو المركزى والطرفى . وأغلب أعضاء الجسم لها صلة بالجهازين مع تعارضهما . وإذا تغلب الجهاز السمبتاوى توقف إفراز اللعاب ، وازدادت ضربات القلب ، وزاد إفراز الأدرينالين وانقبضت الأوعية الدموية .

وإذا سيطر الجهاز العصبي الباراسمبتاوى ، ازداد إفراز اللعاب ، ونقصت دقات القلب ، وقل إفراز الأدرينالين ، وتمددت الأوعية الدموية .

ويذهب « موسو » Mosso فى كتابه عن الخوف إلى أن سرعة القلب عند الخوف الشديد تهدف إلى إعداد الجسم للعمل .

وكثيراً ما ترتفع دقات القلب حتى ليسمعها صاحبها كأنه يسمع ساعة دقاقة .

وحكى « دارون » أنه رأى كلباً أفزعته فرقة موسيقية كانت تلعب خارج الدار ، فوجد كل عضلة من جسمه ترتعش ، وسمع دقات قلبه السريعة حتى ليعجز عن عدّها ، وكان يلهث فاتحاً فمه ، كما يفعل الإنسان فى حالة الرعب .

وترجع سرعة دقات القلب إلى إفراز الأدرينالين فى الدم ، وهو يؤدى إلى زيادة السكر فى الدم وفى البول ، وإلى سرعة حركة القلب ، وإلى ارتفاع ضغط الدم . ويعزو « كانون » Cannon صاحب الأبحاث الواسعة فى الانفعالات وأثرها إلى إفراز الأدرينالين هذه الحيوية الشديدة ، وهذا النشاط الخارق المصاحب للخوف الشديد ، مما يؤدى إلى القيام بأعمال ليست فى الحسبان ، أو إلى جرى سريع لا يقوى

عليه صاحبه فى الحالة الاعتيادية ، فيتسنى له الهرب من الخطر والابتعاد عنه .

القط والكلب :

وهذه تجربة طريفة تنسب كذلك إلى الأستاذ « كانون » صاحب الأبحاث عن الانفعالات . فقد اعتادت قطة أن تنام بعد الأكل خلف حاجز أشعة إكس ، بحيث يتسنى رؤية حركة الطعام فى معدتها ، وهى حركة منتظمة تنتهى بذهاب الطعام بعد هضمه إلى الأمعاء .

ثم أدخلوا على القطة كلباً أخذ ينبح على القطة ، فتبين فى الحال بواسطة أشعة إكس أن المعدة توقفت عن العمل ، وذلك بأن انقبضت العضلة القابضة الموجودة فى طرف المعدة ، كما توقفت العصارات التى تفرزها المعدة ، وبالجملة تعطلت عملية الهضم .

وتهيأت القطة لنشاط من نوع آخر . وهذا أثر من آثار الطبيعة لحماية الكائن الحى حين يواجه الخطر . ذلك أنه نتيجة للخوف أفرزت غدد القطة الصماء مادة الأدرينالين فى الأوعية الدموية ، وتقلصت الأوعية الخاصة بالجهاز الهضمى ، وذهب الدم الذى كان يعين من قبل الهضم إلى المخ وإلى

الجهاز العصبى وإلى العضلات والجلد . وبذلك يصبح هذا الحيوان قادراً على أن يقفز إلى الأمام بقوة تفوق قوته الطبيعية عدة مرات . فلا غرابة أن يكون هذا العمل لفائدة الكائن وحفظ الحياة . هذا فضلا عن احتفاظ الحيوان بنشاطه الطبيعى ، لأن مادة النشا الحيوانى (جليكوجين) المخزونة فى الكبد تتحول إلى سكر ، وتفيض إلى الأوعية الدموية ، فتغذى العضلات بالطاقة اللازمة للاحتفاظ بالنشاط . وفى الوقت نفسه يتخلص الجسم من الفضلات عن طريق سطح الجلد والأعضاء المفرزة الأخرى . وهذه هى العلة فى إفراز العرق عند الخوف والقلق والخجل .

فأنت ترى أن الملاحظة العلمية قد أثبتت بما لا يدع سبيلا إلى الشك توقف المعدة عن الهضم عند ظهور الخوف . فإذا استمرت المخاوف وأصبحت ملحة ، مستبدة بصاحبها ، لا تفارقه فى الليل أو فى النهار ، كما هى الحال فى القلق ، أصيب مثل هذا الشخص بسوء الهضم ، وشكا من اضطراب معدته . وقد تبين أن كثيراً من أمراض المعدة لا ترجع إلى أسباب عضوية بمقدار ما ترجع إلى هذه الأسباب النفسانية ، فإذا عولجت زال المرض .



هلع

المواقف الثلاثة :

ماذا يحدث للإنسان أو الحيوان إزاء الخطر ؟
أحد مواقف ثلاثة : الهرب أو التوقف ، أو الإقدام .

ولسنا نقصد هذا الترتيب بعينه . إذ يختلف تصرف كل فرد بحسب ظروفه . ولكن الغالب فى حالة الخوف هو الهرب .

إذا فزع الحيوان يقف لحظة بدون حركة كأنه يجمع حواسه، ويتأكد من مصدر الخطر ، ثم يعقب ذلك حين يميز الخطر الفرار ، ويظل يجرى مبتعداً عن مصدر الخطر حتى يغيب عنه

وصف أحدهم وهو مستر مونبى Munbey امرأة اعتقدت أنه شبح أو عفريت قال : « وفى لحظة كانت تواجهنى . . . فانتصبت قائمة على أطراف أصابعها ، ثم ألقت ذراعيها إلى الأمام بحيث تكونان زاوية قائمة مع جسمها ، وتفرقت أصابع يديها . وتراجع رأسها إلى الوراء قليلا ، واتسعت عيناها واستدارتا ، وفتحت فمها . . . ثم انطلقت منها صيحة حادة وحشية . . . ولما انتبهت إلى نفسها استدارت وجرت وهى تصرخ . . . »

وقد فعلت هذه المرأة كما يفعل الحيوان : يتوقف لحظة ثم يفر ويهرب. يحكى أن أحد العلماء وضع سلحفاة فى قفص القردة ، فأبدت دهشة عظيمة عقبه خوف . وظلت القردة لا تتحرك ، وتحدق فى السلحفاة بشدة ، وترفع حواجبها إلى

أعلى وتنزلها إلى أسفل . وخيل إلى الناظر إليها أن وجوهها قد استطالت . ثم تراجعت إلى الوراء بضعة أقدام ، وكانت تطل من وراء أكتافها لترى السلحفاة . . .

ولعلك رأيت فى المنام منظراً مرعباً . أذكر أنى شاهدت حلما ، وأنا صبى ، لا زلت أذكر أثره حتى الآن ولو أنى نسيت بدايته . قد يكون وحشاً كالأسد قد انطلق يلتهمنى ، وأردت الفرار ، وإذا بى « أتسمر » فلا أستطيع الجرى ، وأريد الصياح فلا أستطيع ولا ينطلق صوتى ، فازداد فزعى ورعبى ، واستيقظت من النوم .

يذهب المفسرين إلى أن مثل هذه الرؤيا تدل على الخوف الكامن أو على العقدة النفسية المركبة من الخوف . وهى تصوير لحالة المرء حين يجد أمامه ما يخافه ، ولكنه لا يستطيع تجنبه . المهم فى ذلك حالة التوقف أو الشلل . الحق أن المرء يضطرب إزاء الخوف الشديد ولا يدرى ماذا يعمل ، أيهرب ؟ وكيف ذلك ؟ أم يقدم ويهجم ، فيزيد الخطر . هذه هى علة التوقف ؛ حتى إذا استعاد المرء نفسه ، واستطاع التفكير لحل المشكلة الموجودة أمامه ، سلك ما يوحى به عقله ، فإما الهرب والفرار ، وإما الهجوم والإقدام .

وهذه حادثة وقعت لى منذ عشرين عاماً ولا أزال أذكرها.

كنت جالسا بدارنا بحى الحنفى إلى المائدة فى الردهة أقرأ وقت الأصيل . وبين هذه الردهة والمطبخ ولواحقه دهليز طويل . وإذا بى أرى الخادمة تخرج من الدهليز وقد اشتعلت النار فى نصف ردائها ، وأوشكت أن تمتد إلى جميع الرداء . ذلك أنها جلست تشعل وابور الغاز فامتدت النار إلى طرف جلبابها ، فلما أحست بها خرجت صارخة تريد الذهاب إلى الشقة المواجهة لنا. عندئذ توقفتُ لحظة ، وطاف بذهنى ما قرأته عن إنقاذ المحروقين ، وهو أن تلقيه على الأرض بسرعة وتلفه فى أى شىء كبساط مثلا حتى ينطفئ . فقمت فى الحال ، وضربت الخادمة برجلى فى رجليها فوقعت على الأرض ، وكان هذا الوقوع المفاجئ سبباً فى انطفائها .

هل شهدت بيتا يحترق ؟ إنه منظر رائع حقاً ، بشرط ألا يكون هذا البيتُ بيتك . لقد شهدت عدة حرائق فى «رأس البر» لأن بيوتها من القش تلتهمها النار فى دقائق ، وقد رأيت أصحابها يفرون بملابس نومهم حفاةً ينجون بأنفسهم من هول الحريق . ورأيت فى العام الماضى حريق ذخائر القلعة ، وكنت فى ذلك الوقت فى حى السيدة زينب ، فرأيت قوماً يجرون فى الشارع آتين من القلعة . فانظر إلى أى حد بلغ بهم الخوف .

النظرية العامية :

لا بد للخوف من مؤثر ، ثم يفضى الخوف إلى الهرب . أعنى ثلاثة أمور ، مؤثر خارجى ، وشعور باطنى ، ثم سلوك يفعله المرء . هذه الأمور الثلاثة إذا عبرنا عنها بمثال قلنا : حريق وخوف وهرب . هذا الترتيب هو فى نظر العامة طبيعى ، لأن رؤية الحريق تفضى إلى الشعور بالخوف ، ويؤدى الشعور بالخوف إلى الهرب . ويبدو أن هذا الترتيب معقول كذلك ، ولا حاجة لذكره أو مناقشته . ولكن مباحث العلماء أدت إلى نظريتين جديدتين :

نظرية جيمس — لانج :

لعلك تعرف أن وليم جيمس هو صاحب أعظم الأثر فى علم النفس الحديث . وهو عالم أمريكى . ولم يعرف لانج ، وهو عالم دانمركى ، إلا بصلته بهذه النظرية التى نبسطها لك . وندع الحديث لوليم جيمس عن كتابه فى علم النفس . « نظريتى . . . أن التغييرات الجسمية تعقب مباشرة إدراك المؤثر ، وأن شعورنا بهذه التغييرات عندما تحدث هو الانفعال . يقول العامة : إذا فقدنا الثروة نحزن ونبكى ؛ نقابل دباً

فنخاف ونجرى ؛ يشتمنا منافس فنغضب ونضربه . والنظرية التى أدافع عنها ، تحدثنا أن هذا الترتيب غير صحيح ، وأن الحالة العقلية لا تستمد من حالة عقلية أخرى ، بل يجب أن تتخللهما أولا المظاهر الجسمية . فالأولى أننا نحزن لأننا نبكى ، ونغضب لأننا نضرب ، ونخاف لأننا نرتعش ، لا أننا نبكى ونضرب ونرتعش لأننا نحزن ونغضب ونخاف . ذلك أنه بدون هذه الأحوال الجسمية التى تعقب الإدراك ، يكون إدراك المؤثر من باب المعرفة البحتة ، لا لون له ، باهت ، يخلو من حرارة الانفعال . وعندئذ قد نرى الدب فنؤثر الجرى ، ونشتم ونرى الأصوب الضرب ، غير أننا لا نحس فعلا بالخوف أو الغضب » .

ويؤيد وليم جيمس نظريته بدليل آخر أخذه عن الممثلين على المسرح ، فقد سألهم فقالوا : إن اتخاذ هيئة الفزع تشعرهم فعلا بالخوف .

ووجهت إلى هذه النظرية عدة انتقادات ، منها ان أعصاب النخاع الشوكى إذا قطعت عند الرقبة بحيث تمنع العصب السمبتاوى من الوصول إلى المخ ، فإن الانفعال وما يصحبه من مظاهر وسلوك تبقى كما هى لا تتغير .

ومنها أن حقن الحيوان أو الإنسان بمادة الأدرينالين ،

ومن شأنها أن تزيد من نشاط الدورة الدموية وتوسع الأوعية ، فلا يؤدى ذلك بالضرورة إلى ظهور الانفعال .

النظرية التلموسية :

وقام عالمان آخران بمباحث جديدة ، هما كانون وبارد ، وانتهيا إلى أن علة الانفعالات موجودة فى الغدة التى تسمى « بالتلموس » Thalamus وتوجد فى وسط المخ .

وتختلف هذه النظرية عن السابقة فى أن هذه النظرية تجعل الانفعال مستقلا عن السلوك الانفعالى ، على حين أن نظرية وليم جيمس تفترض أن الانفعال هو الشعور بالتغييرات الجسمية . وتذهب النظرية التلموسية إلى أن الانفعال والسلوك الانفعالى ينشآن معاً من انطلاق الطاقة العصبية من الغدة التلموسية .

وتقوم على هذه النظرية اعتراضات كذلك ، منها أن إثارة الغدة تؤدى حقاً إلى ضرب من السلوك يشبه ما يحدث عند الانفعال ، ولكنه يختلف عن الانفعال الناشىء عن مؤثر طبيعى. وهذا مما جعل العلماء يعتقدون أن الانفعال يتوقف على التلموس وعلى بعض أجزاء الجهاز العصبى أيضاً . ولا يزال البحث مفتوح الأبواب ، لم يصل فيه الباحثون إلى نتيجة حاسمة .

عود إلى النظرية العامية :

وقد قرأت للأستاذ « هادفيلد » Hadfield فى كتابه « علم النفس والصحة العقلية » الصادر فى العام الماضى ، ما نصه : « نحن لا نخاف لأننا نجرى كما يقول جيمس ؛ بل إن الخطر ، وهو المؤثر ، ينتج حافزاً حيويا (بيولوجيا) للهرب ، وهذا الحافز يرتبط بتغييرات دموية شديدة تمهد للعمل .

وتنتج هذه التغييرات ضرباً من الشعور ، وتنتهى الطاقة الحادثة من ذلك إلى الهرب ، والهرب يميل إلى كسر حدة الخوف لا إلى إحداثه . فالشعور مرتبط بالتغييرات الدموية لا بالهرب . جملة القول إن الميزان فى صالح النظرية العامية القائلة بأننا نجرى لأننا نخاف » .

ولهذا العالم رأى نوافقه عليه ، هو أن الخوف عبارة عن تجمع الطاقة العصبية قبل انطلاقها .

فنحن نرى السيارة فى الطريق فنتجنبها . ولا يحدث فى هذا السلوك خوف أو هرب ، بل هو عادة ألفناها .

ولنفرض لسبب ما أننا لم نستطع تفادى السيارة ، وإذا بها أمامنا ، عندئذ تفيض الطاقة العصبية ، وتحدث اهتياجاً شديداً وتوتراً عظيما ، مما يجعل هذه الطاقة تنطلق فتدفعنا إلى

القفز نجاةً بأنفسنا من الخطر .

وهذا مما يجعل للخوف قيمة بيولوجية كبيرة ، إذ يهيئ الطاقة للعمل ، ويزيد الدوافع المحركة قوة .

ويبدو أن لحظه التوقف التى تسبق الهرب من الخطر تعين الطاقة على تجمعها ، حتى يكون انطلاقها أقوى وأعظم ثمرة .

فائدة الخوف :

فالخوف طبيعى ، وهو عامل من عوامل الحياة .

وقد رأينا أنه من الوجهة البيولوجية أى الحيوية ، ينشط الإدراك ، فيحفزنا إلى معرفة الخطر ، وتبين مصدره . وهو الذى يطلق الطاقة العصبية اللازمة لمواجهة المواقف المؤذية ، فيحفز إلى العمل .

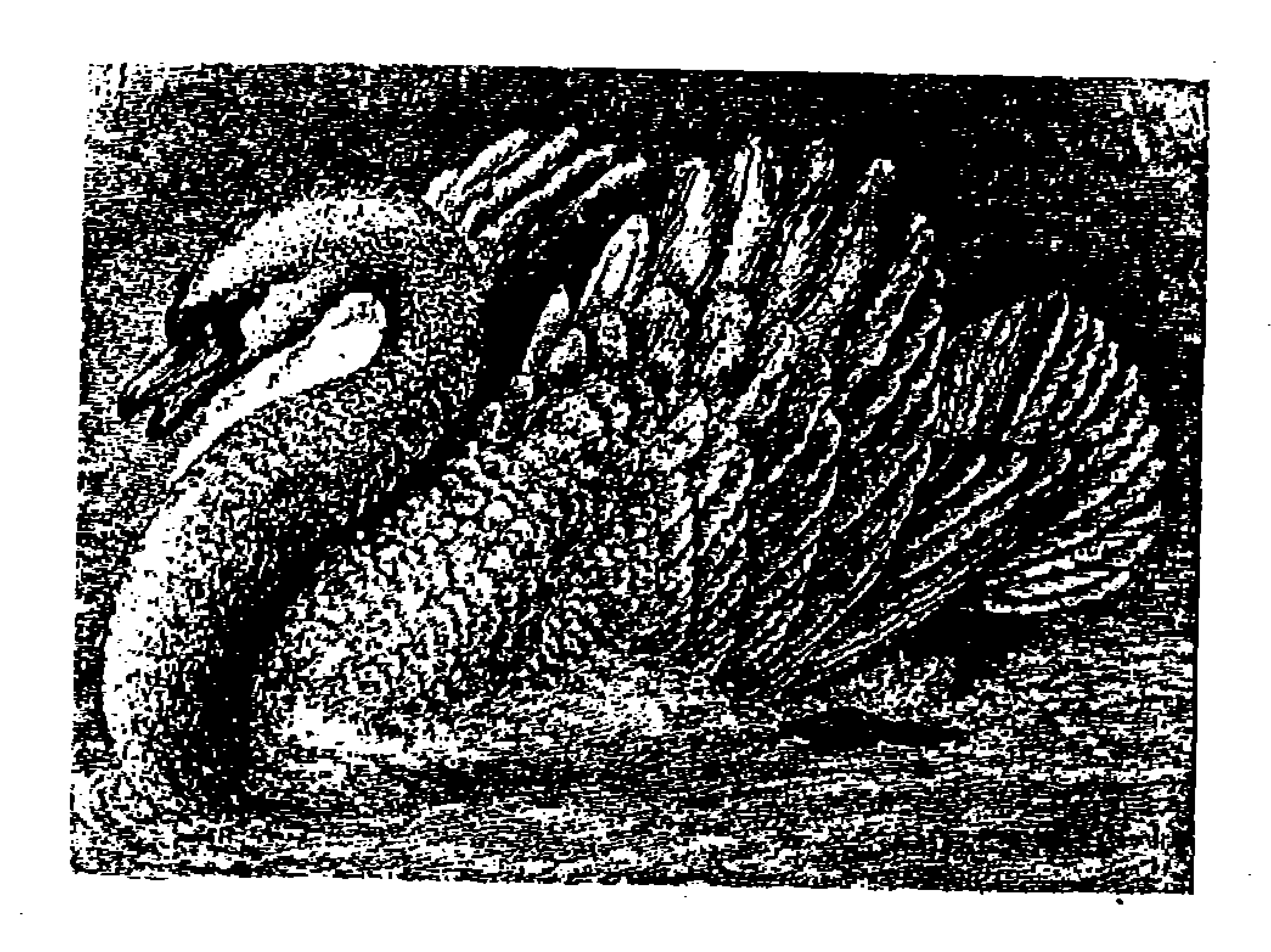
ولما كانت مواجهة الأخطار ، ومغالبة الصعاب ، هى التى تجعل المرء شجاعاً ، حازماً ، مالكاً زمام نفسه ، كان الخوف من لوازم الخلق وتكوين الشخصية .

والخوف هو الذى دفع الناس إلى الارتباط فى جماعات للمشاركة فى الدفاع عن أنفسهم من المخاطر ، فلا غرابة أن يكون الخوف أساس المجتمع . وقد رأينا من استقراء التاريخ كيف تآلفت الشعوب لدفع العدو المشترك .

والخوف هو الذى جعل الناس بعد اجتماعهم يقيمون العمران ، ويتقدمون فى سلم الحضارة . والعلة فى ذلك أن الإنسان من أشد الحيوانات ضعفاً ، لستَ تجد له المخالب الفواتك ، أو الأنياب القواطع ، مما تجده عند كل طير جارح أو وحش مرهوب الجانب . ولا تجد عنده حدة البصر أو قوة الشم أو شدة السمع حتى يحس بالخطر قبل اقترابه ، فيعمل على تجنبه فى فسحة من الوقت ، وهو إلى ذلك ليس سريع العدو ولا شديد الوثب كغيره من أنواع الحيوان .

فاضطر لحماية نفسه من المهالك فى معركة الحياة إلى أن يهتدى إلى النار يخيف بها الوحوش ، ويبدد بها الظلام ، وكانت النار ضياءاً أذهبت عنه وحشة الظلمة ، واتخذ من الحجر والنحاس والحديد أسلحة بعد شحذها ، فكانت هذه الآلات أقوى من المخالب والأنياب . وهذا هو الشأن فى سائر المخترعات الحضارية حتى العصر الحاضر ، تجد العلة فى الدافع إليها هو الخوف وطلب الأمن .

فلما أصبح الإنسان فرداً فى جماعة شاعرا بوجوده الاجتماعى ، كان عليه أن يرعى مطالبها ، وأن يحسن معاملة أفرادها ، وذلك لحاجته إلى الامن ، فكان الخوف من العدوان سبباً فى الاجتماع ، وطلب الاستمرار فى الأمن علةً فى التخلق



بطة خائفة وقد فتحت فاها ونفشت ريشها [عن دارون]

بالأخلاق الاجتماعية ، والفضائل الخلقية التى تقوم على احترام حقوق الغير .

ولولا الخوف ما عرف الإنسان ربه ، بل لاستغنى عنه « كلا إن الإنسان ليطغى أن رآه استغنى » ، لأن الخوف يدفع إلى طلب الأمن ، والاطمئنان إلى سلطان القاهر الجبار ، فإذا كان الله قد خلق الإنسان وجعل الخوف من فطرته ، فذلك لحكمة عليا هى معرفته وعبادته .

الخوف والأمراض العصبية

وإذا كان الخوف الطبيعي حافزاً للعمل وكفاح المخاطر ، ودافعاً إلى الحذر والابتعاد عن المضار ، فقد يكون سبباً فى التوقف بل الشلل ، وذلك عند تجسيم الأخطار تجسيما يبعدها عن حقيقتها ، وعندما يمتلىء الذهن بخوف أو مخاوف لا تستند إلى أساس ولا تقوم على الواقع ، ولا توجد إلا فى مخيلة صاحبها .

عندئذ تنقلب الفائدة الطبيعية إلى ضرر وإلى مرض ، وتتحول القوة إلى عجز واضطراب .

فالخوف من الجوع يدفع المرء إلى مواصلة العمل ليلا ونهاراً ليسد المرء حاجته إلى الطعام . وقد يدفع الخوف الموظف الذى يخشى فقدان وظيفته إلى العجز عن العمل والتهاون فيه .

والخوف من العواقب هو الذى يجعل بعض الناس جبناء أو غشاشين .

والطفل الذى يخشى عقاب والده يلجأ إلى الكذب . والشاب الذى يخشى التقاليد والدين والمجتمع يرتكب ما يريده

سراً عن العيون والرقباء .

والخوف من الماضى يجعل المستقبل صفحة سوداء ، والخوف من المستقبل يملأ الحاضر بالمفزعات .

والخوف الطبيعى قد يجعل الإنسان مقداماً شجاعاً ، ولكنه قد يحوّل الشجاع إلى شخص يملأ الخوف قلبه حتى ليفزع من خياله . والأمر كذلك فى الحرب فقد يكون الباعث إليها الرغبة فى العدوان ، كما يكون الدافع إليها رد الاعتداء .

وكما يدفع الخوف إلى ربط أفراد الجماعة وتماسك الشعوب ، فقد ينقلب إلى رهبة من القوانين العتيقة والتقاليد الفاسدة ، وبذلك ينحل المجتمع ويفسد ويسير فى طريق الانحلال .

جملة القول : إن الخوف قد يستبد بالمرء ، ويستولى على قلبه فلا يفارقه فى الليل أو فى النهار ، ويصبح عندئذ مرضاً ، يسميه العلماء قلقاً أو هماً أو وسواساً ، فيؤرق المضاجع ، ويؤدى إلى الاضطراب ، ويفسد على المرء عمله وصحته وحياته .

فلا غرابة أن ينظر بعض العلماء إلى الخوف كأنه العامل الأساسى فى سائر الاضطرابات النفسية والعصبية .

فقد رأينا أن مطلب الإنسان منذ أن خرج إلى الدنيا طفلا رضيعاً الأمن والحب ، فإذا فقدهما اضطرب سلوكه .

والخوف كذلك هو العلة الأولى فى « الكبت » ، والكبت

عماد الأمراض النفسانية ، وعلة الكبت أن الطفل يخفى بغضه وغيرته ورغبته الجنسية وسائر ما يتعارض مع العرف والتقاليد ، فتتحول هذه الرغبات المكبوتة إلى تصرفات مرضية .

ويتخذ الناس ضروباً من السلوك تختلف باختلاف أمزجتهم ، وهى على تباينها فى الشذوذ ترجع إلى شىء واحد هو الخوف .

وقد اختلفت مذاهب العلماء فى تعليلها وفى علاجها ، بل تعارضوا معارضة شديدة أدت إلى أن يسفه أحدهم رأى صاحبه . ولكن الاتجاه الحديث يأخذ بمذهب فرويد وأصحابه فى التحليل النفسانى ، وخاصة بعد أن تقدمت مباحث التحليل وتطورت وتعدلت .

ونحن إلى هذا المذهب أميل .

الأنا الثلاثية :

ليس غرضنا تفصيل مذهب فرويد فى هذه الصفحات ، ولكننا نعرض لبعض أصول مذهبه ، لابد من الإشارة إليها ، لنفهم كيفية ظهور المخاوف المرضية التى نحن بسبيل بيانها .

يقسم فرويد شخصية المرء ثلاثة أقسام ، إذا اندمجت وتعاونت لا يحس صاحبها بانحلال أو اضطراب

هذه الأقسام هى الأنا السفلى « Id » ، والأنا « Ego » ، والأنا العليا « Super-ego »

فالأنا السفلى تمثل الحيوانية ، هى الأنا البدائية التى تتطلب إشباع الغرائز الحيوية وأهمها الغريزة الجنسية .

والأنا فقط ، هى شخصيتك الحاضرة ، الواقعة ، الراهنة ، التى تواجه بها العالم والحقيقة .

والأنا العليا ، هى الأنا الأخلاقية ، التى تمثل حياة الواجب مما يفرضه المجتمع والدين والتقاليد ، وهذه الأنا كما تتجه إلى وضع الحدود الأخلاقية هى علة الحضارة والفنون المختلفة فى نظر فرويد . وتنشأ الأنا العليا حول سن الخامسة عند ظهور « الرقيب » الذى يمنع بعض الغرائز الدنيا من الظهور عن الأنا السفلى ، وذلك بطريق « الكبت » فى اصطلاح فرويد . وهذا هو السبب فى نسيان أحداث الطفولة قبل سن الخامسة نسياناً قد يكون تاماً ، ولكن هذه الأحداث موجودة مسطورة فى صفحة الذهن ، توجه صاحبها ، ويمكن أن يتذكرها صاحبها بالتحليل النفسانى .

يقول فرويد إن الخوف ينشأ فى جانب الأنا التى تستمده — نعنى الخوف — من أحد أمور ثلاثة : الأنا السفلى ، أو الأنا العليا ، أو من الأشياء الخارجية . ذلك أن الأنا ،

أو الشخصية الحاضرة فى بنظر فرويد ، تخاف الأنا السفلى وما فيها من غرائز وبخاصة الغرائز الجنسية . وتخاف الأنا العليا ، وما تأمر به من فضائل ومثل عليا .

مخاوف الطفولة الأولى :

قلنا إن ظهور الخوف الطبيعى لا بد أن يصحبه الهرب من مصدر هذا الخوف حتى يتجنب المرء الخطر . غير أن الطفل الرضيع فى سنته الأولى يكون عاجزاً عن التصرف بنفسه لأنه لا يقوى على الحركة ، ولا يقوى على الهرب أو الجرى.
وقد تعود إلى المرء هذه الحالة عندما يواجه خطرا لا يستطيع الهرب منه أو التغلب عليه ، فيحس بخوف ينقلب إلى قلق .
والقلق خوف مستمر .

وكل قلق فهو غير طبيعى ، لأن الأصل فى الخوف أنه دافع إلى الهرب من الخطر من حيث إنه يبعث الطاقة اللازمة للعمل . ومع ذلك فهناك لحظات من الحياة لا بد فيها من القلق . مثال ذلك الطالب قبل أن يعرف نتيجة الامتحان ، والوالد قبل معرفة نتيجة العملية الجراحية التى تجرى على زوجته ، أو الزوجة قبل أن تلد أيكون المولود ذكرا أم أنثى ، أو الفتاة عند خطبتها ، وبعد خطبتها وقبل دخلتها . . . فهذه

الأحوال وأمثالها تبعث على القلق الذى نسميه « قلق الانتظار » وترقب النتيجة والتطلع إلى العواقب . وهو إلى حد مّا طبيعى ، ولو أنه شاذ . أما أنه شاذ فلأنه مضيعة للطاقة العصبية ، وأما أنه طبيعى فلأنه يعم أغلب الناس ، ولأن الطاقة الفائضة ليست فى الواقع عبثاً ، ولكنها دليل على الحيوية ، وآية على التحفز قبل الانطلاق ، كالذى يُقدم على إلقاء خطبة فى احتفال ، يبدو قلقاً ، حتى إذا تكلم انطلق ، واستفاد من الطاقة المتجمعة .

غير أن هذا القلق قد يتجسم فيكون عائقاً بدلا من أن يكون معيناً ، فيعجز الخطيب عن الكلام ، وينسى الطالب ما حفظه عند الامتحان . أو تطيش بنا الطاقة المتجمعة فتدفع إلى أعمال غريبة ، أبسطها اللعب بالأصابع أو هز الرجل أو العبث بالشارب ، وما إلى ذلك من اللوازم المصاحبة للناس حين تتأملهم .

ولذلك يحسن أن يعمل الإنسان أى شىء فى حالة القلق حتى يصرف الطاقة ، وهذا أفضل من الانتظار بدون عمل ، حتى لا يصبح القلق مزمناً يصعب علاجه فيما بعد .

ونرجع إلى مخاوف الطفولة الأولى فنقول إنها تزول مع الزمن، ومع التقدم فى السن ونمو الإدراك، حتى لا يبقى لها

أثر ، اللهم إلا إذا ارتبطت بشيء ثابت تتعلق به ، فيصبح الخوف مزمناً ، ويسمى باسم هذا الشيء الذى تتعلق به ، كالخوف من حيوان معين ، أو الظلام ، أو الاختناق ، أو الموت ، مما سنعرض له بالتفصيل .

مثال ذلك أن طفلا صغيراً أحس باختناق فى غرفته ، ولكنه نسى هذه الحادثة ، ثم كان فى نفق وهو شاب وأوشك أن يختنق ، فعاد إليه الخوف الذى مر به فى الصغر ، وأبدى فزعاً يدل على مرض واضطراب .

وقد يكون الهم الذى يحس به الشباب ، ونظرة التشاؤم التى تسود تفكيرهم ، مما يرجع إلى عهد الطفولة ، حين يتعرض أحدهم للمرض المستمر ، أو العمليات الجراحية ، أو يعيش فى بيت مضطرب الأحوال تكثر فيه المنازعات بين أبيه وأمه ، وما إلى ذلك من الأمور التى تذهب بالأمن ، ولذلك يرى فى شبابه الأخطار فى كل مكان ، ويشعر بالخوف من كل مسألة ، ويفزع إذا أقدم على كل عمل جديد ، ويكون على الجملة كثير الهموم شديد المخاوف .

وعلاج هؤلاء القوم يكون بأمور ثلاثة : التربية والتوضيح والإيحاء .

ولا نقصد بالتربية معناها العام ، بل علاجاً خاصاً يعيد

الثقة إلى النفس ، كالذى يفزع من الظلام ، ينام أحد معه فى الغرفة حتى يشعر بالأمن . أو الذى يخاف من حشرة كالصرصار يهيأ لإمساكه وتشريحه شيئاً فشيئاً ، كما يحدث لطلبة الطب والعلوم .

ويجب أن يصحب ذلك شرح أو تعليل يتبين منه فساد فكرة الخوف . كالذى جند فى الجيش وكان يفزع من أصوات المدافع والقنابل ، وتبين من التحليل أن أباه كان يخاف أصوات القنابل ، وتعلم ابنه منه هذا الخوف ، وكانت أمه تفزع من صوت الرعد . فلما عرف السبب ذهب عنه الخوف .

وأغلب هذه المخاوف تعالج بالإيحاء ، ومن الأطباء مَنْ يجد الإيحاء ليس كافياً فيلجأ إلى التنويم المغناطيسى كى يعيد إلى المريض الثقة بالنفس ، ويدفع عنه هذا الخوف الموهوم .

جندى يخاف الخنادق :

حكى الأستاذ رفرز Rivers العالم النفسانى هذه القصة التى تروى عنه فى كتب علم النفس ، وخلاصتها أن رجلا يبلغ الثلاثين من العمر كان يشكو من الصغر الخوف من الوجود فى مكان ضيق . ولم يكن يحفل بذلك ، ولكنه كان يشكو

بعض الأحوال العصبية واللجلجة . وقد لجأ إلى محلل نفسانى من أتباع فرويد ليعالجه فلم يستفد أى فائدة . وفى أثناء الحرب الكبرى التحق بالجيش وكان يعمل فى الجبهة ويضطر إلى حبس نفسه فى الخندق . ورأى أن الإقامة فى الخندق لا تطيب له فكان يمضى الليل يقظاً هائماً على وجهه فى داخل الخندق . وعندئذ تحقق أن الأمر جدّ ، وأنه يخاف الأماكن المغلقة . ولما ساءت حاله أرسل إلى المستشفى ليعالج من الأرق واللجلجة والأحلام المزعجة والانقباض والصداع . وقام الأستاذ رفرز بعلاجه ، ونصحه بكتابة أحلامه قبل نسيانها ، كما نصحه أن يتذكر جميع الحوادث المتصلة بهذه الأحلام . وبعد فترة من الزمن تذكر وهو يتأمل حلما من هذه الأحلام حادثة وقعت له وهو فى الرابعة من العمر ، ولم يتذكرها قبل ذلك فى أثناء العلاج وهذه هى الحادثة : كان على مقربة من منزلهم دار تاجر يبيع الأشياء القديمة (روبابيكيا) وكان يعطى الطفل الذى يجلب له شيئاً ذا قيمة قرشاً . فوجد صاحبنا شيئاً ، وذهب إلى دار التاجر ليعطيه له ، فدق الباب ، ودخل فى ممر ضيق مظلم ، حتى بلغ الحجرة التى يوجد فيها التاجر ، فأعطاه الشىء ، وأخذ القرش ، وعاد فى ذلك الممر الضيق المظلم وحيداً ، فوجد الباب مغلقاً .

ولم يستطع لقصر قامته أن يفتح الباب ، وسمع فى نفس الوقت نباح كلب من داخل الدار ، فخاف خوفاً شديداً .

وكان من أثر تلك الحادثة أن هذا الشخص كان يخاف أن يمر أمام منزل التاجر ، وأصبح يخاف الأماكن المغلقة. وقد وجد الأستاذ رفرز أن هذه الحادثة هى العلة الصحيحة فى مرضه ، لأنه بعد استعادته ذكرى الحادثة شفى من الداء .

العلاج بالتنويم المغناطيسى :

وهذه قصة جندى إيرلندى رواها الأستاذ مكدوجل فى كتابه « علم النفس الشاذ » ليستدل منها على أن ذكريات الطفولة تستمر إلى زمن الرجولة ، وإليها تعزى المخاوف المرضية :

كان ذلك الجندى يبلغ من العمر الثانية والثلاثين ، قوى الجسم ، وأدخل المستشفى باسم الجنون بعد عشرة أيام ظل فيها غائباً عن الصواب على أثر انفجار قنابل .. كان فى هذه الأيام العشرة شديد الغباء ، والكسل ، مختلط العقل ، مضطرب الحديث . وكان يخيل إليه أنه يسمع أصوات القنابل ، وأن هذه الأصوات تتحدث إليه مهددة إياه . وكان يشعر أن كل إنسان ضده . ولما نوّمه الأستاذ مكدوجل حصل منه على هذه البيانات

كانت حياته كلها مغامرات فى مجاهل أمريكا وغيرها من أقطار العالم . ولم يكن يعرف للخوف أثراً منذ عهد الطفولة حتى أصيب بهذا الانهيار العصبى . وكان فى صباه يخشى أباه السكير . واشترك فى حرب البوير ، وفى حصار ليدى سميث ، ولكنه عندما طال أمد الحصار أصبح شديد الانقباض وأخلى سبيله من الجيش . ثم استعاد نفسه شيئاً فشيئا بعد ذلك الانقباض . غير أنه ينكر وجود أى عنصر للخوف فى ذلك الانقباض ، ويقرر أنه حين كان مع الجيش فى فرنسا لم يشعر بأى خوف . على العكس كان المعروف عنه أنه أكثر الجند استهتاراً فى فرقته . وقبل إصابته الأخيرة بعدة أسابيع فقدت فرقته كثيراً من رجالها ، وخر صديقه صريعاً بين يديه على أثر قذيفة أصابته فى صدره .

وفى الليلة السابقة على انهياره العصبى اشترك مع فرقته فى هجوم ليلى ، وزحف رفقاؤه إلى الأمام فى الظلام الدامس . ثم انفجرت قنبلة على مقربة منه ، فمد يده يتلمس رفيقه الموجود إلى جواره ليطمئن عليه ، وإذا بيده الممتدة تتحسس فى الظلام ، تقع على رقبة صاحبه ، وقد طاحت الرأس عنها ، وتفجرت منها الدماء . ويبدو أن هذه الحادثة كان أثرها فى نفسه عظيما . فهو يقول إنها ستبقى على الدوام فى ذاكرته ،

وأنه يحلم بها كثيراً ، وفى بعض الأحيان يشعر كان الجثة لا تزال إلى جانبه .

فلما أفضى بهذه الرواية ذهبت عنه ذكرى رفيقه الذى طارت رأسه . ولكنه لا يزال يحس كأن شيئاً رهيباً يوشك أن يحدث ، وهو يشعر بالخوف وينزع إلى الهرب . ليس ما يحس به من خوف محدوداً ، ولكنها كارثة ستقع له أو لسائر المكان . وهو لا يستطيع أن يصادق غيره من المرضى ، وإذا دخل حجرة الطعام خيل إليه أنه لا بد أن يصيح . ولم نفلح فى إقناعه أو إغرائه بالخروج من غرفته . فإذا خرج ظل ملتصقاً بالأبنية . إنه يشعر بالخجل من هذا الضعف والخوف .

قال مكدوجل : فلما رأيت عناده ، ووجدت أنه لا أثر لذكرى قديمة أو شيء من الكبت لجأت إلى الإيحاء المباشر فى التنويم المغناطيسى . وبعد نوم استمر نصف ساعة أوحيت إليه خلاله بالثقة والابتهاج ، تحسنت حالته لمدة ثلاثة أو أربعة أيام . حتى إذا ابتعد عنى عاد إلى حاله ، وعادت إليه مخاوفه الغامضة ، مع الأرق وفقدان الشهية . فعالجته بالتنويم خلال شهرين حتى استعاد ثقته بنفسه .

ويعلق مكدوجل علي هذه الحالة بقوله : إن الإنسان

ليعتقد فى وجود حوادث ماضية وقعت فى أثناء الطفولة ، وأنها هى التى مهدت لهذا الانهيار العصبى . ومع ذلك فقد أمضى هذا المريض عدة سنوات فى مغامرات أبدي فيها كثيراً من أعمال الرجولة والشجاعة .

على أن مكدوجل لا يلجأ إلى التنويم إلا إذا عجز التحليل النفسانى العادى فى تبديد المرض عند معرفة العقدة القديمة .

وهذه حالة أخرى ذكرها ليستدل منها على صحة العلاج بالتحليل النفسانى : إنه رجل فى الخامسة والخمسين من عمره كان يشكو من صغره خوفاً غريباً هو أن شخصاً سيهجم عليه من الخلف . فإذا كان فى الشارع نظر إلى الوراء وتلفت خلف ظهره . وإذا كان فى داخل منزله فضّل أن يجلس وظهره إلى الحائط . وفى سن الخامسة والخمسين ذهب إلى البلدة التى ولد فيها ، وزار جاره الذى كان بقالا ، ولم يزل محتفظاً بمحل تجارته منذ أن كان طفلا . وكانت هذه الزيارة سبباً فى سوء حالته واضطرابه العصبى . وعند سؤال البقال قال لهذا الرجل « لقد كنت تذهب وتجئ لشراء حاجتك أمام الدكان ، وعند مرورك كنت تسرق قبضة من البندق الموضوع فى الخارج . وذات يوم رأيتك قادماً ، فاختبأت وراء برميل ، حتى إذا وضعت يدك على البندق ،

قفزت عليك وسحبتك من الخلف . وعندئذ صرخت ووقعت مغشيا عليك فى الطريق » . وقد تذكر صاحبنا هذه الحادثة ، وزال عنه هذا الخوف بعد مدة قصيرة .

العلاج بالإيحاء :

وقرأت للطبيب إدوارد كولز كتاباً بعنوان « لا تخف » نقله إلى اللغة العربية الدكتور أمير بقطر ، ذهب فيه إلى أن الخوف ينشأ من هبوط الطاقة العصبية ، وأن هذا الهبوط يرجع إلى التعب ، وأن العلاج يقوم على أمور ثلاثة :

١ ــ إعطاء الدواء اللازم لتغذية الخلايا العصبية وإعادة ما استنزف منها من الطاقة .

٢ ــ الالتجاء إلى الإيحاء للقضاء على الخواطر المتواترة واستبدال غيرها بها .

٣ ــ إعادة تربية المريض ، وتعليمه فن الحياة وكيف يعيش فى حدود طاقته ، مع الراحة الكافية ، واسترخاء أعضاء الجسم ، والقيام بعمله بعقله لا بوجدانه وانفعالاته .

أقول : يبدو أن جوهر العلاج عند هذا الطبيب هو الإيحاء . وقد رأينا كيف يذهب مكدوجل إلى حد استعمال التنويم المغناطيسي ليكون الإيحاء أقوى وأشد .

ولم يذكر لنا الدكتور كولز الدواء المقوى للطاقة العصبية ، وذكر فى كتابه أنه على استعداد أن يرسله لمن يطلبه . وهذه لعمرى ليست طريقة العلماء المخلصين للعلم ، بل هى طريقة « أمريكانية » من طرق الدعاية . على أن غيره من الأطباء ينصح بإعطاء بعض الأدوية المهدئة للأعصاب مثل « البروميد » أو الفيتامينات .

ومع ذلك فليس الأمر فى الحقيقة راجعاً إلى علة جسمانية ، هى السبب فى العلة النفسانية ، بل الأصح هو أن الخوف هو الذى يؤدى إلى الاضطرابات الجسمانية . فالعلاج نفسانى لا جسمانى .

ومن جهة أخرى كيف يزعم أن المخاوف الثابتة من شىء معين ترجع إلى التعب ؟ كالخوف من الأماكن المغلقة أو المفتوحة أو الظلام أو الكلاب وما إلى ذلك . نعنى أن المريض لا يشكو أى علة سوى خوفه من هذا الشىء بالذات . وقد ضربنا أمثلة فيما قبل لذلك ، وسوف نسوق أمثلة أخرى فى مناسباتها .

وأظن أن كلا منا يبدى خوفه من بعض الأشياء ، هذا يخاف الصرصار ، وهذا يخاف الثعبان ، وهذا يفزع من الفأر وآخر يرتعب من الكلب ، ونحن نشاهد هذه الأحوال

كل يوم ، وهى عامة فى معظم الناس ، ولا يستقيم تعليلها بانخفاض الطاقة العصبية ولكنها ترجع إلى حوادث الطفولة .

وإذا كان الدكتور كولز قد عدل عن مذهب فرويد ، فذلك لأنه لا يوافقه على رد الأمراض العصبية إلى الغريزة الجنسية ، وفى ذلك يقول : « إن أكثر الاعتراض على التحليل النفسانى أساسه المبالغة فى العناية بالمسائل الجنسية واعتبارها أهم أسباب الاضطرابات العقلية . . . »

ونحن كذلك لا نوافق على مذهب فرويد فى صورته الأولية ، وقد عدله تلامذته تعديلا كبيراً . والأصل فى المذهب أن القوة الجنسية (الليبيدو Libido) كما يعبر عنها فرويد ، إذا لم تنصرف فى المصارف الطبيعية لها ، تنقلب إلى خوف ، وأن هذا الخوف الغامض يتعلق بشىء خارجى ويصبح مرضاً. وبعبارة أخرى أن الاضطرابات العصبية تنشأ من خوف الأنا من الأنا السفلى التى تطلب تحقيق رغباتها الجنسية . فالقلق يرجع إلى الخوف ، والخوف رد فعل للجوع الجنسى الذى لم يشبع .

ويرى شتيكل Steckel أحد أتباع فرويد« أن الخوف عقاب يوقعه الضمير على ذنب ارتكبه المرء فيما مضى » . وقد يكون فى هذا التعليل بعض الصواب .

ويذهب أدلر Adler إلى أن الخوف مستمد من « مركب النقص » . ويعلل الخوف من السقوط أنه رمز لسقوط المنزلة ، والنزول عن مركز الصدارة ، وطلب السيطرة هو الدافع الوحيد إلى جميع تصرفات الإنسان فى فلسفة أدلر .

وقد انتهى المحدثون إلى تعديل نظريات فرويد وتلاميذه ، وأخذوا بمبدأ أدنى إلى الحقيقة . ذلك أنهم اعتمدوا على قول فرويد بالرغبة الجنسية الدافعة للمرء منذ الصغر ، ولكنهم نقلوا الرغبة الجنسية إلى « الحب » ، وقالوا إن الدافع فى حياة الإنسان هو المحبة ، والعلة فى الاضطرابات العصبية هو فقدانها ثم التماسها . ويرجع الخوف إلى الخشية من انقطاع حبل المحبة .

وقد رأينا فى مطلع هذا الكتاب أن « حاجة » الطفل الأساسية هى الحماية والأمن ، ولك أن تسمى هذه الحاجة فطرة أو غريزة . فالطفل يعتمد على أمه بوجه خاص فى أمور ثلاثة هى عماد بقائه : الغذاء ، والتدفئة ، والوقاية من الأخطار . وهذه الحاجات الثلاث « بيولوجية » إذا فقد الطفل إحداها قضى عليه . وهى نفسانية كذلك لأنه « يشعر » بهذه الحاجات حين يطلبها .

فإذا فقد الطفل اعتماده على أمه وشعر بانحلال رابطة

الحب بينه وبينها ، وما يترتب على ذلك من حماية ووقاية امتلأ قلبه بالخوف وخشى الوحدة والعزلة وكان ذلك أساس الاضطرابات العصبية فى مستقبل حياته ، إذ يفقد الثقة بالنفس لمواجهة صروف الحياة ، ويسوده إحساس بالوحشة وانعدام الأمن ؛ فلا يستطيع التغلب على العقبات ، ويصبح عاجزاً عن تحمل المسئوليات .

العلة فى أنفسنا :

إذا كانت هناك مؤثرات خارجية نسميها مخاطر تؤدى إلى الشعور بالخوف حتى يتجنب المرء هذا الخطر ، فهناك مصادر للخوف تعيش معنا ، إنها مخاطر النوازع والرغبات التى نحس بها : فنحن كما نخشى القنابل والأمراض نخشى كذلك عواقب أعمالنا فقد تدل على الحماقة والطيش والغفلة ، ونخشى ما يحط بالكرامة ويخدش الشرف ، وعلى الجملة نخاف ما تدفع إليه النفس وتوسوس به ، وفى ذلك قال تعالى « وما أبرئ نفسى إن النفس لأمارة بالسوء » .

هذه المخاوف الناشئة من باطن أنفسنا ، هى التى تفضى إلى القلق ، ونعنى به الخوف المستمر ، لأن الهرب من أنفسنا مستحيل ، إلا إذا قضينا على حياتنا بالانتحار . فهناك صراع

خفى داخلى بين الشخصية الحاضرة ، وبين دوافع الأنا السفلى، وبين الضمير أو الأنا العليا .

وقد يعلم أحدنا السر فى مخاوفه الباطنة والعلة فى قلقه الدائم ، وعندئذ يكون العلاج سهلا يسيراً ، وذلك بالقضاء على مصدر الصراع .

وقد يكون السر دفيناً خفيا يبدو فى صورة رمزية ، بحيث يكون الخوف الظاهر قناعاً لشىء آخر أعمق .

مثال ذلك ما يقوله أصحاب التحليل النفسانى من أن الخوف من الكلاب رمز للخوف من الأب الغضوب القاسى الذى كان ينهر ابنه وينهاه . وقد يكون هذا الخوف راجعاً إلى الشعور بذنب ارتكبه الابن ويستحق عليه الغضب من والده .

فنحن نرى أن الخوف باطنى هو الخوف من الرغبات المكبوتة ، ثم ينعكس على شىء خارجى . كالذى يخشى القذارة فيغسل يديه مرات كثيرة ويسرف فى هذا الاغتسال إلى حد الوسوسة ، فإن الخوف فى الواقع ليس من القذارة بل شعور بذنب ارتكبه هذا الشخص ويرغب فى « تنظيف » نفسه .

وتمتاز هذه المخاوف المرضية بأمور ثلاثة : الكبت ، وتفكك الشخصية ، والتحريك اللاشعورى إلى العمل .

أما أنها مكبوتة فذلك لأن الخوف قديم حدث فى الطفولة

الأولى ، ثم نسيه صاحبه ، ومنعه من الظهور . ويؤدى هذا الكبت إلى تفكك الشخصية ، إذ تعمل هذه الدوافع بدون شعور أعمالا تتعارض مع ما يريده صاحبها فى شعوره .

والدافع الأساسى لهذه المخاوف هو خشية الأذى الذى يصيبنا ، كالخوف من الأماكن المفتوحة أو المغلقة أو الوحدة أو الظلام أو المرض أو الموت ، كل ذلك يرجع إلى خشية الضرر الذى يقع بنا فى هذه الأحوال .

الخوف الهستيرى :

فإن كان الخوف الحاضر راجعاً إلى خوف وقع فى الطفولة سمى ذلك هستيريا . ذلك أن الطفل يرغب أن يكون شيئاً ما ، فيلفت إليه الأنظار بحركات شتى وحيل مختلفة ، منها الزعم أنه خائف . فقد يذهب الطفل إلى فراشه ثم ينادى أمه أن تحضر إليه فلا تستمع لندائه ، فيقول لها إنه خائف فتحضر إليه ثم ينقلب الزعم بالخوف حقيقة ، ويلجأ إليه دون شعور ، ويؤمن بهذا الادعاء بغير وعى .

وهذه مريضة تحكى فى التحليل النفسانى قصة خوفها فى الطفولة قالت :

« لقد تملكنى هذا القلق لأنى لا أستطيع العناية بنفسى أو

اجتذاب نظر أهلى . فرأيت أن الطريقة الوحيدة التى ألفت بها الأنظار إلى نفسى هى إظهار القلق ، وبذلك أذكر أهلى بوجودى ، ولو أنى نسيت أنى خائفة ، لأهملونى وأغفلت فى زوايا النسيان . ولو بقيت فى حجرة الانتظار عندك (تريد حجرة الطبيب) مدة ربع ساعة لنسيتنى ، لولا أنى أظهر الخوف والهلع ، وبذلك ألفت الأنظار إلى وجودى . فإظهار القلق هو الشيء الوحيد الذى أعمله وإلا قضيت على نفسى . وإذا ذهب القلق من رأسى ما بقيت شيئاً من الأشياء ؛ حقاً أظل هادئة ساكنة ، وهذا شيء جميل ، ولكنى أفضل الموت على هذه الحياة » .

هذه حالة بسيطة تبين كيف تدعى المريضة الخوف لتثبت وجودها . وإليك قصة فتاة أخرى فى السادسة عشرة من عمرها كانت تخاف المرض . شعرت وهى طفلة بالإهمال لأن صحتها كانت حسنة وكان أخوها الأكبر مريضاً قعيد الفراش ، فتركزت عناية أهلها فى أخيها . وحاولت أن تجذب إليها الأنظار بالصياح والضوضاء فلم تفد هذه الوسائل . عندئذ حاولت تجربة المرض ، إذ كان ذلك هو الذى اجتذب العطف على أخيها ، فنجحت هذه المحاولة . حتى إذا ادعت المرض ذات يوم ، اكتشف أبوها حيلتها فأصر على تركها بمفردها ،

وأمر أمها بالانصراف عنها . وفكرت الطفلة وقالت فى نفسها : هب أنى مرضت حقاً ، فإن أمى سوف ترفض المكث إلى جانبي ؛ فعدلت عن ادعاء المرض ولم تقبل العطف من أحد ، واتخذت موقف الاستقلال والاعتماد على النفس . حتى إذا كانت فى سن البلوغ ، تلك السن التى تتجه فيها الطبيعة إلى طلب الاعتماد على الغير ، وعلى الجنس الآخر بوجه خاص ، وإلى الحاجة إلى الحب ، ظهر فى نفسها صراع بين رغبتها السابقة فى الاستقلال والاعتماد على النفس ، وبين هذه الرغبة الجديدة للحب ، مما أيقظ رغبتها المكبوتة إلى الحب فى عهد الطفولة الأولى . غير أنها لم تستطع طلب المحبة من والديها ، إذ سبق لها التضحية بها فى سبيل الاستقلال ، ولم تستطع المرض ، لأنها خافت من قبل المرض . ولكن الخوف من المرض هو الذى تغلب عليها ، وبخاصة عند رؤيتها الفتيات الأخريات فى المستشفى . وبذلك اتجهت رغبتها إلى المرض حتى تحظى بنفس العناية والعطف مما تصبو إليه نفسها .

ونحن نرى من هذه القصة عدة أمور : الأول ادعاء الخوف من المرض ، والثانى ظهور هذا الادعاء فى الطفولة ثم كبت الخوف ، والثالث التغلب على الخوف بالشجاعة والاعتماد على النفس والضرب بمحبة الغير عرض الحائط ، الرابع العودة إلى

ظهور الخوف القديم إذا تهيأت الظروف لذلك .

ويتبين من البحث أن الخوف الكامن يؤدى إلى كثير من الخلال : منها الثقة بالنفس والاعتماد عليها ، ومنها طلب المال والحرص عليه لأنه يؤمن المرء ، ومنها الجد فى العمل مع المثابرة والنشاط والكفاءة والطموح وهى خلال تؤدى إلى النجاح فى الحياة ؛ ولكن هؤلاء القوم يقومون بهذه الأعمال باذلين جهداً عظيما لا تحتمله أعصابهم مع كثير من القلق ، وذلك بسبب الخوف المستقر وراء هذه الدوافع . ويحاول مثل هذا الشخص تغطية خوفه بالإكثار من العمل ، والحرص على نجاحه ، فلا يسكن ولا يستريح حتى يصاب بالانهيار .

مثال ذلك موظف أصيب بالخوف من الأماكن المغلقة . وكان فى طفولته زقيقاً ، ضعيف البنية ، مريضا بالكساح ، لا يلقى من أمه عطفاً لأنها كانت باردة الطبع ، وكان أبوه يطمع أن يجعل منه لاعباً دولياً فى كرة القدم [١] . فلما يئس من الحصول على العون ، عوّل على الاعتماد على نفسه ، وكبت شعوره بالعجز ، واتخذ شعاره التقدم إلى الأمام . وأصبح لذلك متوتر الأعصاب ، مثقل الكاهل ، يقظ الضمير ، متطلعاً إلى الكمال ، غير أن والده كان كثير

---

(١) هذه قصة شاب إنجليزى من كتاب هادفيلد السابق ذكره .

النقد لأعماله والتقريع لخيبته .

وفى يوم من الأيام طلب منه رؤساؤه أن يعمل شيئاً مخلا بالشرف فلم يقبل ، وأخذ ضميره يغالبه حتى أحس أنه يرغب فى الهرب من هذا العمل والمكان . فلما انصرف عائداً إلى منزله ، وركب فى النفق تحت الأرض ، إذا به يشعر فجأة بخوف شديد من أن يغلق عليه المكان . وهذا عود إلى خوف فى الطفولة ، ورمز لانغلاق شخصيته وانهيارها وأصبح من ذلك الوقت فى عجلة شديدة ، سريع النبض ، يخشى ضعف القلب والموت فى أى لحظة ، ويخاف أن يغمى عليه فيصبح أضحوكة الناس . وهكذا تحطمت قيود القوة والاعتماد على النفس ، وحل محلها الخوف من الأماكن المغلقة. وعلة ذلك ظهور مخاوف الطفولة التى سبق كبتها ، كما أن هذا الخوف سبيل إلى الهرب من الموقف ، بل من الحياة .

وهكذا يكون ادعاء المرض ، أو الخوف من المرض ، طريقاً للهرب من المسئولية والحصول على العطف المفقود

المخاوف الملحة :

فى بعض الأحيان تتملك المرء فكرة أو عمل أو شعور يلح عليه ولا يستطيع عنه حولا ، ويمتاز بعدة صفات ،

هى الإرغام والقسر والطيش

فمن جهة الإرغام يشعر المريض بوجوب أداء هذه الأعمال .

ومن جهة القسر يضطر المريض إلى عملها على الرغم من إرادته .

ومن جهة الطيش تبدو منافية للعقل ، ويعرف المريض أنها غير معقولة ، ولا تحقق غرضاً أو تبعد خطراً كالخوف من المشى فى مكان مفتوح .

ونقص عليك قصة ضابط بريطانى كان يعمل فى الحرب العظمى فى مصر ، وكان يشكو من الخوف من الأماكن المفتوحة (أجورا فوبيا) حتى ليعجز عن عبور حديقة أو شارع أو جسر ، إلا إذا كان ملتصقاً بشخص ما ، فكان يمسك بيد ابنه البالغ التاسعة من العمر .

وقد أصيب بهذه النوبة وهو فى صحراء مصر حيث خرج ليلا من مركز القيادة إلى نادى الضباط . وكان يعبر ذلك الطريق فى كل ليلة ، إلا أنه شعر فى تلك الايلة مع الوحدة والظلام والفضاء بفزع شديد ظل يتملكه بضع سنوات . وعاد بذاكرته إلى الوراء فذكر أنه وهو فى السادسة من عمره جرى ذات ليلة بعيداً عن داره حتى بلغ حقلا واسعاً ، وذلك على أثر تأنيب والدته له بشدة . وتطلع حوله فى ذلك الفضاء فامتلأ رعباً ،

وأسرع بالعودة إلى البيت . ولقد تبين أن شعوره وهو فى الصحراء يماثل تلك التجربة التى وقعت له عندما كان صبيا . وتبين فى ذلك الشعور الصراع بين إرادته ، وبين خوفه من العواقب ، فأرغمه الخوف أن يكبح جماح نفسه ، ويلغى إرادته ، ويصبح ولداً طيباً مطيعاً .

وأفادته هذه الذكرى ، وبددت عنه الأعراض التى كان يشكو منها ، غير أنه لم يشف تمام الشفاء لأن الصراع النفسى كان أعمق وأوغل فى طفولته . ثم تتبع حوادث الطفولة الأولى ، فتذكر كيف كانت مربيته القاسية تهدده ، وبخاصة ذات يوم فى مكان مهجور على شاطئ البحر ، عندما ألح فى الخروج من عربته ، فأمسكته من رقبته ، وارتبط ذلك الفزع بفضاء البحر والسماء مع الوحدة والوحشة بدون أن يستطيع طلب المعونة من أحد ، إذ لم يكن معه إلا تلك المرأة البشعة الكريهة . ولما رأى أنه مضطر إلى الاعتماد على نفسه اهتاج ، وأخذ يضرب ويعتدى ، فلما قبضت على رقبته استسلم . وكانت أمه قد عهدت إليه أن يجر عربة فيها أخ له كسيح ، فأخذ صبية الشارع يتطلعون إلى أخيه يتفرجون عليه ، فطلب منهم الابتعاد عنه ، فأبوا ، وتعارك وإياهم دفاعاً عن أخيه . فلما عاد إلى البيت ، عنفته أمه لمشاجرته ، وبخاصة حين رأت

ملابسه ممزقة . وثار صاحبنا لهذا الاتهام الظالم ، وكان ذلك هو السبب فى خروجه من البيت فى تلك الليلة التى فزع فيها من الفضاء والظلام والوحشة . وعندئذ تجدد الصراع بين إرادته الذاتية ، وبين خوفه من العواقب ، واضطر إلى الاستسلام وأصبح منذ ذلك الوقت وديعاً طيباً . فإذا تأملنا حادثة الصحراء وجدنا الموقف مماثلا من الناحية الداخلية والخارجية . فالموقف الخارجى واحد فى جميع الحالات ، نعنى ساحل البحر الفسيح فى الطفولة ، وفضاء الحقل الواسع فى الصبا ، والصحراء الممتدة الأطراف . وهنا نتساءل لماذا لم يبد فى نفسه الخوف عند عبوره فضاء الصحراء إلا تلك الليلة فقط ؟

لا بد من البحث عن علة أخرى ساعدت حوادث الطفولة والصبا ويتخلص هذا الموقف الجديد فى أنه حين عين قائد الفرقة كان هناك ضابط تحت أمره يطمع فى هذا المنصب . فلما تسلم القائد عمله أدرك ظروف مساعده ، ولم يرغب فى جرح شعوره ، وبخاصة لطيبته التى تطبع عليها منذ الصغر كما ذكرنا ، فسمح لمساعده بالقيام بالعمل الذى كان يقوم به قبل حضوره وكان يعرفه ويحسنه . غير أن المساعد استغل طيبة القائد ، وأخذ يسيطر عليه ، إلى أن قدم له خطاباً ليمهره بإمضائه ، ولم يكن ما جاء فيه مما يوافق عليه . وقام فى باطن نفسه صراع

بين إرادته ، وبين خوفه من عواقب رفضه . وكان خوفه من المساعد يشبه خوفه من الممرضة ، ومن أمه حين كان طفلا . وفى الوقت الذى كان يعبر فيه فضاء الصحراء كانت تتنازعه هذه العوامل الباطنة ، أو هذا الصراع النفسانى ، وعندئذ تملكه الخوف من الفضاء وتسلط عليه .

ونحن نرى من النظر فى هذه الحالة الإرغام والإلحاح ، ثم معارضة إرادة المريض ، وأخيراً عدم وجود سبب معقول للخوف من الفضاء اللهم إلا هذا السبب القديم الباطنى .

وترجع العلة فى ظهور هذا الخوف المرضى إلى عدة أمور :

١ — الخوف القديم من البحر الفسيح فى الطفولة الأولى .

٢ — ميل إلى العدوان وإلى الاعتماد على الإرادة الذاتية ، تعويضاً عن الشعور بعدم الأمن بإزاء الممرضة والأم .

٣ — الخوف من عواقب هذا العدوان ، وقد ظهر ذلك فى تهديد الممرضة له ، وفى ظلمة الليل الحالكة حين جرى من البيت ، ومن المتاعب التى سوف يلقاها من مساعده إذا عارضه .

ويقال إن الخوف من الأماكن المفتوحة ، هو فى الحقيقة خوف من العزلة والوحدة ، أو من الانفصال عن الأهل والأحباء . ويلاحظ أن الحيوان الذى ينفصل عن القطيع يبدو عليه هذا

الخوف . ويخاف الإنسان إذا ضل فى الغابة أو الصحراء وحيداً . ويذهب بعض العلماء إلى أن الخوف من الأماكن المفتوحة يرجع إلى وقت الولادة وانفصال الوليد عن أمه . والأرجح هو ما ذكرنا ، نعنى الصراع النفسانى بين الإرادة الذاتية ، وبين الخوف من العواقب .

أما الخوف من الأماكن المغلقة ، وقد ضربنا من قبل عدة أمثلة لذلك ، فهو رمز فى الحقيقة لاختناق الشخصية التى تطلب الفسحة والانبساط . هذا بالطبع إلى جانب أحداث الطفولة التى نشأت مع حياة المريض .

يحكى أن أحد الأمريكان كان يصاب بالخوف من الأماكن المغلقة كلما سافر إلى الجزر البريطانية ، لأنها أصغر من أن تتسع لشخصيته .

وشعر أحد المرضى بهذا الضرب من الخوف ذات ليلة ، فنهض من فراشه ، وكسر زجاج النافذة ، وعاد إلى فراشه ، ونام مستريح البال . فلما أصبح الصباح وجد أنه كسر زجاج المكتبة ، بدلا من النافذة التى ظلت مغلقة .

وأساس الخوف من الأماكن المغلقة الخشية من الاختناق . لأننا نستطيع الاستمرار فى الحياة بدون شراب أو طعام عدة أيام ، ولكننا لا نستطيع الاستمرار فى الحياة بدون تنفس الهواء

إلا بضع دقائق . وقد تكون علة هذا الخوف التخدير فى الطفولة لإجراء عملية جراحية ، ولذلك يحسن أن تصحب الأم طفلها عند إجراء العملية . ويروى عن مريضة أنها كانت تخاف وضع أى شىء على وجهها ، وتبين أن السر فى ذلك يرجع إلى عهد الطفولة حين اضطربت وهى تعبث فوقعت « المخدة » على وجهها . ويروى عن أخرى أوشكت أن تختنق بسبب انغماس وجهها فى ماء الحمام . وأخرى كادت أمها أن تخنقها ليلا ، وهى نائمة إلى جانبها فى الفراش .

الخوف من إيذاء الغير :

رأينا فى المخاوف السابقة كيف يخشى المرء أن يوقع الضرر بنفسه ، وهنا نجد لوناً آخر من المخاوف تستولى على صاحبها وتتملكه ، وتستبد به ، وتلح عليه ، ولا يستطيع عنها حولا هى الخوف من الإضرار بالناس وإيذائهم . فقد يرى المريض دافعاً لا يقاوم للقتل أو التسميم أو الخنق . والعلة فى ذلك غالباً وجود دافع قديم منذ الطفولة للاعتداء، وينشأ عن الغيرة أو الكراهية ، ثم يكبت هذا الدافع إما رهبة من العقاب ، وإما خوفاً من فقدان العطف والمحبة ، وإما لرؤية أحلام مزعجة تجسم مخاوف الطفل .

ويقال إن الأم التى يشتد قلقها على طفلها خشية مرضه إنما ترغب رغبة لاشعورية فى مرضه ، أو موته ، لأنها فى صميم نفسها لا تحبه .

فهذه سيدة كانت تفخر بأنها أم مثالية ، ولكنها كانت تخشى أن تترك صنبور الغاز مفتوحاً فى غرفة ابنتها فيخنقها الغاز . وكان ظاهر هذا الخوف دليلا على شدة حبها لابنتها وقلقها عليها . وكانت تعود إلى الغرفة بدافع الوسوسة لتتأكد من أن صنبور الغاز مغلق . ودخلت ذات مرة فوجدت الصنبور مغلقاً ففتحته ، مع أنها أرادت إغلاقه ، فكان هذا دليلا لاشعورياً على رغبتها فى التخلص من ابنتها . وتبين من التحليل النفسانى أن وراء إخلاصها الظاهر رغبة فى التخلص من الطفلة لأنها تقف عقبة فى سبيل عملها .

وهذه سيدة أخرى كانت تخشى أن تسم طفلها مع أنها فى الظاهر الأم الكاملة المخلصة . وكانت الأم فى طفولتها مدللة ، ولكن والدها كان يثيرها ويحقر من شأنها . وكم رغبت فى قتله ولكن صغر سنها جعلها قليلة الحيلة ، فكبتت ثورتها واستسلمت وأصبحت طفلة هادئة وديعة . فلما تزوجت وأنجبت طفلا ، وأظهر زوجها ميلا إلى الطفل تجدد بغضها وغيرتها وخوفها ، ولكنها لم تستطيع إبراز ذلك لأنها كانت الأم

المخلصة المثالية . وعندئذ انتقلت مشاعرها إلى الخوف من إيذاء الطفل والزوج .

ويحكى أن رجلا تملكه الخوف من طعن زوجته بسكين ، واتضح من التحليل أنه أراد أن يطعن أمه فى طفولته لأنها أساءت معاملة أخيه الأكبر ، ولم يستطع بطبيعة الحال تنفيذ رغبته فكبتها ، فلما تزوج ورأى زوجته تسىء إلى أحد أبنائه، انتقل البغض المكبوت منذ الصغر إليها ، وتحول إلى خوف من طعنها .

وتوجه رجل إلى مستشفى الأمراض العقلية بمحض إرادته وطلب من أطبائها علاجه ، لأنه كلما اجتمع بالفتاة التى يحبها تملكته الرغبة فى خنقها بيديه،فخاف وجرى بعيداً عنها وسلم نفسه إلى المستشفى . وكانت العلة فى ذلك أنه وهو طفل صغير لم يكن يشبع من لبن أمه ، فكان يخنقها بيديه الصغيرتين ليحصل من ثديها على غذائه .

وكانت امرأة تخاف أن يقع حادث لزوجها يقضى عليه ، وكانت رغبتها الباطنة هى التخلص من زوجها ، إذ كانت تحب شخصاً آخر متزوجاً ، ثم ماتت زوجته فذهب المانع الذى كان يحول بينهما.ولكن كيف تتزوج منه وهى متزوجة ؟ لقد أوحى إليها عقلها الباطن أن تظهر خوفها على زوجها ،

وهى فى الحقيقة تود التخلص منه .

ويذهب فرويد إلى أن الخوف من قتل شخص ، أو طعنه بسكين ، أو إيذائه بأى شكل من الأشكال ، إنما يرجع إلى العلاقة الجنسية بين الطفل وأمه وأبيه فى السنوات الأولى . يريد أن يقول إن كراهية الطفل لأمه أو لأبيه أو لأخيه تدفعه إلى طلب التخلص منه ، وكثيراً ما يشاهد الرضيع يضرب أمه ، وبخاصة إذا حرم من لبن الرضاعة ، ثم يتحول البغض لاشعوريا فى المناسبات التى تدعو إلى ظهوره ، ويتخذ مظهر الخوف من قتل هذا الشخص .

وفى بعض الأحيان يكون الدافع من القوة بحيث يخرج إلى حيز التنفيذ ، فيقتل المريض ذلك الذى يخاف من قتله .

وفى أغلب الأحيان يتوقف عن التنفيذ ، ولا يتحقق هذا الخوف ، والسبب فى ذلك هو « الرقيب » أو الضمير

ذلك أننا نخاف شيئاً آخر من صميم أنفسنا هو الضمير

صوت الضمير

وهذا باب يجدر بنا أن نفرد له فصلا على حدته .

فقد حدثتك عن الخوف من المؤثرات الخارجية التى يفزع لها الحيوان والإنسان ، فيهرب منها طلبا للأمن والتماساً للنجاة . وهذا شيء مما ركبه الله فى الفطرة حفظاً للحياة ، وهو أمر طبيعى . قال تعالى يصف خوف داود عليه السلام حين دخل عليه خصمان يطلبان الحكم بينهما بالحق : « وهل أتاك نبأ الخصم إذ تسوروا المحراب إذ دخلوا على داود ففزع منهم قالوا لا تخف . . . » . وجاء فى وصف أصحاب الكهف : « لو اطلعت عليهم لوليت منهم فراراً ولملئت منهم رعباً . »

ثم حدثتك عن مذهب فرويد الذى يجعل شخصية المرء ثلاثة أقسام : الأنا السفلى ، والأنا العليا ، والأنا التى تمثل واقع عمله ، وتبرز شخصيته . وتحدثنا عن الخوف الناشىء من الأنا السفلى ، وفصلنا الأمراض الناشئة عن ذلك .

وبقى أن نحدثك عن خوف الإنسان من الأنا العليا أو من الضمير . وفى تسميتنا الأنا الأعلى بالضمير بعض التجاوز

وقد نشأ الضمير لأن الإنسان يعيش فى جماعة تقيده بأوضاع خاصة ، وتطالبه بواجبات ، فى مقابل ما يحصل عليه من حماية وأمن . والناس بإزاء المجتمع أحد ثلاثة : إما ثائر يرفض أن يتقيد بالقيود أو يخضع للقوانين ويساير التقاليد ، وهؤلاء هم الخارجون على المجتمع ، ويسمون بالمجرمين . وإما عاقل يعرف أن خيره وسعادته فى مسايرة الجماعة والنزول على أوامرها والتأدب بآدابها ، وهؤلاء هم الفضلاء . وإما مرغم على التخلق بأخلاق المجتمع خوفاً من ألوان العقاب . وهؤلاء عندنا هم الأغلب ، أو قل إن سائر الناس يخضعون للآداب الاجتماعية رهبة وخوفاً .

ولا يغيب عن بالنا أن الضمير ينشأ فى سن مبكرة حتى لينسى أغلبنا ، أو جميعنا ، فترة تكوينه . وذلك حين يدرب الطفل على الطاعة وعلى الآداب الاجتماعية التى يفرضها عليه أبوه وأمه والذين يقومون على تهذيبه ، فيعلمونه السلوك الحسن ومبادئ الفضيلة التى يتواضعون عليها . هذه الفترة تمتد عادة حتى سن الخامسة ، ولذلك كانت العناية بتربية الأطفال فى هذه السن المبكرة ذات أثر عظيم فى تكوين الأجيال وطبع الشعوب على الصفات الصالحة ، كما تكون عظيمة الأثر فى اتزان الشخصية وسلامة الأفراد .

قالوا : ويعمل على تكوين الضمير عدة أمور ، أولها التجارب التي يتعرض لها الطفل ، وأقواها في نفسه أثراً المخاطر والمخاوف ، وهي التي تعلمه الحرص والحذر والتوقي . وإنه ليزج بنفسه في كل مأزق ، ويتعرض لكل خطر . فهو يجرب النار ويلعب بالثقاب ، ويقفز ويشب ويتسلق فيقع على أم رأسه ويصاب بالجروح والعاهات . وإنك لترى الرجل يخشى السباحة والخوض في ماء البحر ، لأنه أوشك على الغرق في طفولته . وأعرف صديقاً يرفض عبور النيل في قارب ، فلما ألححتُ عليه في السؤال أخبرني أنه كاد أن يغرق في صباه .

والأمر الثاني في تكوين الضمير ، أو الأنا الأعلى ، التهديد الذي يناله الطفل من أهله ، والعقاب الذي يوقع عليه ، فهو يُزجر ويضرب ويحرم من رغباته إذا عصى وخرج على الطاعة . فالخوف من العقوبة يُكسب الطفل مستوى معيناً من الأخلاق هو الذي نسميه فيما بعد الضمير .

والأمر الثالث التربية ، فنحن نعلم الطفل أن السرقة أو الشراهة أو القذارة شر ، وأن الرأفة أو الإحسان أو النظافة خير . ولا يثمر التعليم إلا إذا كان الطفل يحب معلمه .

والرابع محاكاة شخصية الأب أو الأم أو مَنْ يقوم على تربية الطفل ويتصل به ، فيكتسب منه شخصيته ،

ويسلك كما يسلك .

فإذا تكوّن الضمير أصبح الطفل قادراً على أمور ثلاثة : إدراك نفسه أو الشعور بالذات ، وضبط نفسه أو الوقوف فى وجه الغرائز الدنيا ، ونقد نفسه أو الحكم على النوازع والرغبات مما يؤدى إلى الشعور بالخجل أو اقتراف الذنب .

ويذهب برتراند رسل فى كتابه « الظفر بالسعادة » إلى أن الضمير شعور نفسانى يتركب من عدة أمور : الخوف من افتضاح السر ، والخوف من نبذ المجتمع ، وتعاليم الأم التى تبثها فى الطفل . وهو يرى أن الإنسان ليس كاملا ، وأنه ارتكب فى خلال حياته ما يقتضى العقاب أو على الأقل الخجل . ولولا افتضاح السر لأمعن المرء فى أداء أفعال يتجنب فعلها اتقاء هذا الخوف . ويخشى الإنسان إلى جانب افتضاح سره سخرية المجتمع منه والابتعاد عنه ، كالتاجر الذى يغش فى تجارته ، فإنه يخاف إذا عُرف أمره أن ينصرف الناس عنه .

ونحن نعلم أن شيئاً آخر يصرف الإنسان عن ارتكاب الشر وإيذاء الغير ، خلاف افتضاح السر ونبذ المجتمع له ، ذلك هو تأنيب الضمير . وعذاب الضمير أقسى من أى عذاب آخر لأنه لا يفارق صاحبه ليلا أو نهاراً ، ويبعث على الهم والقلق .

ومما يعمل على تكوين الضمير فى الشرق التعاليم الدينية والإيمان بوجود الله ، والاعتقاد مع وجود الله بحياة آخرة يُبعث فيها البشر ويحاسبون فيها على أعمالهم ، كما جاء فى محكم التنزيل : « فأما من طغى ، وآثر الحياة الدنيا ، فإن الجحيم هى المأوى . وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى ، فإن الجنة هى المأوى » .

فإن قلتَ : ألا يعمل الدين على تكوين الضمير عند أهل الغرب ، قلنا : لعلك تعلم أن الغربيين سرت بينهم فى القرن التاسع عشر وفى خلال هذا القرن موجة شديدة من الإلحاد ، ونرجو أن تعيد أحداث الحرب الأخيرة والكوارث التى تعرضت لها البشرية إليهم الإيمان والاعتقاد . ولهذا السبب أنكر علماؤهم حتى اليوم أن الضمير هو صوت الله ، ونصوا على ذلك فى كتبهم ، كما جاء فى كتاب برتراند رسل الذى ذكرت لك بعض رأيه .

ومع ذلك فقد قرأت لكاتب أمريكى هو ديل كارنيجى فى كتابه « دع الهم » يصف الوسائل التى يحسن اتباعها لتجنب القلق الذى يستبد بالمرء ، والهم الذى يتسلط عليه ، فكان من جملة وسائله اتباع « الإسلام » — فى نظره — الذى ينادى بالمقدور ، فلا داعى لخوف المرء من المستقبل ، ودوام القلق على المال

أو الصحة أو الولد ، ما دام كل شيء بأمر الله .

قصة شاب :

وهذه قصة شاب أذكرها لمناسبتها الشديدة للخوف من الضمير . جاءنى هذا الشاب يشكو عدة أعراض منها عدم عدم القدرة على تركيز الذهن ، وعدم فهم ما يقرأ ، مع العلم أنه طالب بالبكالوريا ويرغب فى النجاح . وكانت سنه حول العشرين ، حسن البزة ، من أسرة ريفية متوسطة الحال تسخو فى الإنفاق عليه .

سألته عن أحواله الجنسية كيف يحل مشكلتها ، فأجاب أنه ينفق بعض الوقت مع بنات الهوى . ثم تبينت فى وجهه إشارة تدل على الاشمئزاز ، فعلمت أن هذا التقزز متصل بعلاقته الجنسية . واعترف أنه يقدم على هذا العمل بدافع الرغبة الحيوانية والشهوة البهيمية ، ولكنه يندم أشد الندم ، ويؤنبه ضميره أشد التأنيب ، ويعتقد أنه يرتكب إثما يعاقب عليه ، فضلا عن قذارة الفعلة .

وقد تعلم هذا الشاب تعليما دينيا منذ صغره ، فأصبح ضميره قائماً على تعاليم الإسلام التى تنهى عن الفحشاء والمنكر ، فظهر لذلك الصراع بين الرغبة الجنسية أو الأنا السفلى من

جهة ، وبين الضمير أو الأنا العليا من جهة أخرى ، فكان هذا الصراع علة اضطرابه .

فما علاج هذه الحالة ، وكيف الخروج من هذا الصراع النفسانى ؟

العلاج الذى نصحت به ، والذى أنصح به دائماً هو المبادرة بالزواج ، مهما تكن الظروف الاجتماعية أو الاقتصادية غير ملائمة .

وقد نادى برتراند رسل بعلاج آخر هو الصلة الحرة بين الفتيان والفتيات ، وهو الأمر الواقع غالباً فى أوربا اليوم ، غير أن هذا العلاج يحمل الشر بين طياته ، وهو سبيل فساد المجتمع ، وهدم كيان الأسرة ، ونذير انحلال الحضارة الغربية .

وإذا كنا لا نوافق « فرويد » على ما يذهب إليه من أن الأنا الأعلى يتكون من كبت الرغبات الجنسية فقط ، فمما لا نزاع فيه أن الصلة الجنسية تشغل تفكير جميع الناس ذكوراً وإناثاً ، وأن المجتمع والدين والتقاليد تفرض قيوداً على هذه الصلة ، وكثيراً ما يتحرج الآباء فى تفهيم أبنائهم حقيقة هذه العلاقة ، إلى درجة أن الرجل إذا تزوج شعر برهبة من زوجته حتى ليصاب بالضعف الجنسى ، وإلى درجة أن الزوجة تخشى زوجها فتتمنع أو تصاب بما يعرف بالبرود

الجنسي . وهذا شيء يتأصل بالتربية منذ الصغر في الضمير ، ويعرف الخوف من هذا الجانب بالحياء . وقد درجت الأجيال المتعاقبة على تخويف البنت من العلاقة الجنسية .

وقد ظهرت منذ سنوات دعوة إلى تعليم التربية الجنسية حتى لا يفسد الضمير أو يختل ، وذلك بالتبسط فى تعليم علمى النبات والحيوان وما يشاهد فى الطبيعة من لقاح وتزاوج حتى تصبح المسألة الجنسية أمراً طبيعياً ، ويتبدد ما يحوطها من رهبة وخوف .

قصة العفريت :

وهذه قصة أخرى تبين الخوف من الضمير ، وكيف يسمع المرء أصواتاً تنهاه ، وهو المعروف عند العامة باسم « الوشوشة » .وهى قصة رواها «هادفيلد» فى كتاب الصحة النفسية قال « أصيب المريض بالخوف من الأماكن المفتوحة ، فى شارع ريجنت من أعمال لندن ، ذات يوم عند الغداء ، بدون سبب ظاهر . وتبين من التحليل النفسانى أن ضميره كان يؤنبه لأنه كان ينقطع عن عمله فى وظيفته الحكومية مدة ربع ساعة يقضيها فى مصالحه الخاصة . ولم يكن يصاب إلا حينما يرتكب شيئاً يخل بالكرامة أو الشرف ، وكان يسمع

فى الوقت نفسه صوتاً باطناً يقول له « احذر » . ولم يكن ذلك الصوت فى الواقع إلا صوت مربيته فى الطفولة التى كانت تعلمه أن الشيطان موجود فى ركن الغرفة ، وأن ذلك العفريت على استعداد لعقاب الأولاد الأشقياء . ولقد لمح العفريت فعلا ذات مرة ، فى شخص الطاهية التى لبست ثوباً مفزعاً ، واتخذت هيئة منكرة ، فصبغت وجهها بالفحم ، حتى تبث فى نفسه الرعب كى يقلع عن شقاوته . وامتثل بعد ذلك وأصبح جاداً فى سيرته ، واكتسب صلابة فى العزيمة وقوة فى الإرادة . ولم تكن هذه الإرادة إلا ستاراً رقيقاً يخفى وراءه مخاوف الطفولة التى كانت فى صراع دائم مع ضميره .

وسوف نحدثك حديث العفاريت والشياطين والخوف منها عند الكلام على مخاوف الشعوب .

الضمير فى الأحلام :

وأكثر ما ينكشف لنا الخوف من الضمير فى الأحلام ، ولو أن ذلك يكون على سبيل الرمز ، كما هى الحال عادة فى الرؤى .

حكى أدلر فى كتابه « ماذا تعنى الحياة » أنه كان فى

أثناء الحرب العظمى رئيس مستشفى الأمراض العصبية للجنود . وكان يعهد إلى الجنود الذين لا يرى فيهم حماسة الحرب أعمالا يسيرة فيرفع بذلك عن كاهلهم عبئاً عظيما . وجاء إليه ذات يوم جندى شديد البنية بادى الصحة ، وكانت تعلوه الكآبة والانقباض ، فلما فحصه لم يدر ماذا يعمل له ، وتحرج أن يأمر بسحبه من الميدان ، إذ كانت هذه الأوامر تعرض على ضابط أعلى منه . وأخيراً قال للجندى : « أنت عصبى ولكنك صحيح الجسم لا تشكو علة . وسوف أكل إليك عملا سهلا لا يحوجك إلى الذهاب إلى جبهة القتال . » فأجاب الجندى : « إننى طالب فقير ثم إنى أعول أبواى من أجر الدروس الخصوصية . وإذا لم أتكسب مات أبواى جوعاً » . وفكرت بعض الوقت وقلت فى بالى إذا أمرت بعودته إلى بلدته ليشغل وظيفة كتابية فقد يغضب رئيسى ويرسله إلى الجبهة . وأخيراً استقر عزمى على أن أكتب له شهادة أقرر فيها صلاحه للعمل . فلما عدت إلى دارى حلمت فى الليل حلما مزعجاً رأيت فيه أننى قاتل ، وكنت أجرى فى الظلام فى شوارع ضيقة أبحث عن ذلك الشخص الذى قتلته . ولم أستطع أن أتذكر ذلك الشخص ، ولكنى شعرت بأن حياتى قد انتهت ما دمت قد ارتكبت هذا القتل . وتسمرت فى

الحلم وتصببت عرقاً .

فلما استيقظت أخذت أفكر في ذلك الذى قتلته. وإذا بالفكرة تعاودنى عن ذلك الجندى ، وهى أننى إذا لم آمر بإرساله فى وظيفة كتابية فقد يرسلونه إلى الجبهة حيث يلقى حتفه .

فانظر إلى أى حد يخاف المرء ضميره حتى ليفزعه فى المنام .

ومن الطريف أن أدلر يكمل هذه القصة بخاتمة لم يكن يتوقعها ، إذ اتضح أن الشاب كان كاذباً فى دعواه التى ذكرها عن التكسب من الدروس الخصوصية للإنفاق على والديه ، وأنه كان على اتفاق مع الضابط الرئيس الذى أخذ منه رشوة ليحصل على تقرير الطبيب ، فلما كتب ينصح بعمل سهل ، أمر الضابط أن يعمل ستة شهور فى أحد المكاتب .

سوط القانون وسلطان القوة

تبين لنا من النظر إلى سلوك الفرد أن الخوف هو الدافع الأساسى فى سلوكه ، وهو الذى يدفعه إلى طلب الأمن ، وإلى تجنب الأخطار ، وذلك لحفظ الحياة . ورأينا أن ضروب الأمراض العصبية ترجع فى نهاية الأمر إلى الخوف المكبوت فى الصغر ، وأن الضمير الخلقى هو الرقيب الذى يخشاه كل إنسان صاحب ضمير يقظ حى ، فيحول بينه وبين ارتكاب الرذائل ، ولو لم يطلع على أعماله أحد ، خوفاً من الله ، أو رهبة من المجتمع ، أو خشية المساس بالمثل العليا التى ترفع المرء من مرتبة الحيوانية إلى الإنسانية .

فإذا انتقلنا من النظر إلى الفرد إلى النظر فى المجتمع ، رأينا أن الخوف كذلك هو الأساس الذى يقوم عليه المجتمع المنظم ، نعنى الدولة .

والقانون هو الدعامة التى تستند إليها الدولة وتقوم عليها . فهو الذى ينظم العلاقات بين الأفراد ، حتى تتبين الحدود بين الناس ، فلا يعتدى فرد على آخر ، ويمتنع الجور ،

وتستتب العدالة .

فإذا انعدمت القوانين من الدولة ، اختل النظام ، وسادت الفوضى ، وعاد الناس إلى شريعة الغابة التى لا تدين إلا بالقوة والعدوان ، حتى ليرتد البشر . كما يقولون ، ذئاباً يفتك بعضهم ببعضهم الآخر ، وعندئذ يكون الخوف وحده هو الدافع إلى السلوك .

وقد ذهب أفلاطون مذهبين فى « المدينة الفاضلة » ، الأول حين كتب الجمهورية وجعل غايتها الخير ، ورأى أن السبيل إلى تحقيقه فى المدينة هو الحكمة أو المعرفة ، وذلك فى يد الحاكم الفيلسوف .

ولكنه عدل عن هذا المذهب فى آخر حياته ، بعد أن تبين أن العلم وحده ليس كافياً فى تحقيق العدل ، ونشر السعادة ، وبلوغ الخير لذلك ألف كتاب « النواميس » ، ذهب فيه إلى وجوب وضع القوانين المنظمة للعلاقات بين الأفراد ، بين الأب وأبنائه ، وبين الحاكم والمحكومين ، وبين أفراد الناس بعضهم وبعضهم الآخر . ورأى وجوب احترام هذه النواميس لصالح الدولة .

كيف ندفع الناس إلى احترام القانون ، والتعلق به ، والخضوع له ؟

هذه هي المشكلة التي واجهت أفلاطون ، ولا تزال تواجه المشرعين حتى اليوم .

أجاب أفلاطون : الثواب والعقاب .

أما العقاب ، كالإعدام والسجن والضرب ، فهي وسائل للإخافة أو الإرهاب وإرغام الخارجين على القانون على احترامه ، وضرب الأمثال لكل من تحدثه نفسه بالخروج على القانون للعظة والاعتبار .

وقد فرق أفلاطون بين نوعين من الخوف ، الأول الخوف من وقوع الألم ، والثاني الخوف من فقدان الكرامة ، وهذه الحالة إذا نزلت بالمرء سميت بالخجل .

قال أفلاطون على لسان أحد الأثينيين فى الكتاب الأول من النواميس ما فحواه : إن الحاكم وكل من يسعى إلى الخير يستفيد من هذا الخوف الثانى للتمسك بالشرف . والخوف من فقدان الكرامة هو الذى يحفظ أنفسنا من أمور كثيرة ، فهو الذى يدفع إلى النصر فى الحروب ، لأن سبيل النصر على الأعداء إما الثقة بالنفس وإما الخوف من الفضيحة . لذلك يجب أن يخشى كل واحد منا ما يخدش الشرف ، فالخوف إذن محمود .

أما السبيل الآخر فهو الثواب أو المكافأة . والهدف من

المكافأة تحقيق اللذة ، والطريق إلى سوق الصبي أو الرجل إلى التعلق بالنظام هو الإقناع أو العلم .

الثواب والعقاب :

وكنت أتحدث مع أحد فقهاء القانون فى مصر عن السبيل إلى احترام القانون كيف نحث الناس عليه ، فقال : المكافأة . قلت له : ألا ترى أن الخوف هو الأساس الأول فى احترام القوانين ، فقال : المكافأة أوْلى ، وقد شرعت القوانين الخوف والرجاء ، والثواب والعقاب ، والوعد والوعيد ، وليست المكافأة كالعقوبة . .

قلت : مرجع الرجاء إلى الخوف ، ومرد الثواب إلى العقاب . لأن الخوف والأمن ، كاللذة والألم ، والجوع والشبع ، والرى والعطش ، والقوة والضعف ، من الأضداد التى لا يفهم أحدها بدون الآخر . وهنالك من يتبع القانون خوفاً من ألم العقاب ، ومَنْ يحترم القانون طلبا للذة المكافأة ، وهذا الذى يطلب اللذة وينشد الثواب إنما يفعل ذلك خشية فقدانها . فلا غرابة أن يكون المرجع فى الحالين هو الخوف ، غير أن أحدهما خوف من وقوع الألم ، والآخر خوف من فقدان اللذة .

وتختلف طبائع البشر ، فبعضها يتأدب بالوعد ، ويتأدب بعضها الآخر بالوعيد .

قالوا : العامة هى التى تساق بالعقاب ، والخاصة تحث بالثواب .

مهما يكن من شىء فلا بد عند وضع القوانين من النص على الجزاءات أو العقوبات التى تحث على اتباعها ، وتدفع إلى احترامها . وهذا هو الحادث فى المعاملات الجارية ، فإذا اتفقت مع شخص على شراء بيت بعشرة آلاف من الجنيهات ، ثم دفعتَ له جزءاً من ثمنها عند توقيع العقد الابتدائى ، فإنك تنص فى هذا العقد على أن كل من يَرْجع عن إتمام الصفقة ، فعليه أن يدفع غرامة ينص على مقدارها . فالخوف من دفع الغرامة هو الذى يدفع إلى احترام العقد ، وعدم الإخلال به .

فإن اعترض معترض وقال : إن الشعوب التى ارتقى أهلها بالعلم وانتشار الثقافة لا يقبل الناس فيها على احترام القانون رغبة أو رهبة ، بل لأنهم عرفوا قيمة النظام وفائدة القانون ، ويندر أن تطبق العقوبة . ثم إنك تحكم بالأقلية على الأكثرية ، وفى كل دولة قلة من الشواذ الخارجين على النظام والقانون ، وهؤلاء هم الذين تفرض عليهم العقوبات ، وتمتلىء بهم السجون .

ونقول فى الرد على هذا الاعتراض ما سبق أن قاله أفلاطون ، وهو أن العلم وحده ليس كافياً فى بلوغ الفضيلة ، ولو أنه شرط فى حسن فهمها . أما أن العقوبة لا تطبق إلا على عدد قليل من الخارجين على القانون ، فهذا وحده يكفى فى إخافة سائر الناس ، لأن المقصود من العقاب ، إلى جانب أنه يردع المجرم ، أن يكون مثالا للعظة والاعتبار .

فالعبرة فى القانون أن يكون مُـتَـنَفذاً ، قائماً كسيف ديموقليس المعلق ، مطبقاً فى الناس لتحقيق العدالة . ولعلك تعرف قصة ديموقليس الذى كان فى حاشية دنيس الحاكم المستبد ، وكان يحسده على استمتاعه بالحكم المطلق ، ويعتقد أنه فى غاية من السعادة . وأراد دنيس أن يبين لصاحبه حقيقة هذه السعادة المزعومة ، فدعاه إلى أن يجلس مجلسه إلى مائدة الطعام ، وأمر الخدم أن يقوموا على خدمته . وامتلأ قلب ديموقليس بالفرح لهذه المعاملة ، حتى إذا رفع عينيه ، رأى فوق رأسه سيفاً حاداً معلقاً بشعرة دقيقة ، فنزل الخوف بقلبه ، وحل فى نفسه .

فالقانون هو السيف المعلق على الرقاب ، وهو على استعداد أن ينزل عقابه بكل من تحدثه نفسه بالخروج عليه .

رأى منتسكيو :

ولا ينكر أحد منزلة منتسكيو صاحب كتاب « روح الشرائع » ، فهو أفضل كتاب سياسى خرج فى القرن الثامن عشر ، ولا يزال العالم حتى اليوم يعيش على المبادئ الأساسية التى جاءت فيه ، وأهمها فصل السلطات .

ولقد أنفق منتسكيو نحو عشرين عاماً يجمع المادة اللازمة لتأليف كتابه ، فأخرجه عن تأمل عميق ونظر دقيق . وقال فى مقدمته : « لقد نظرت أول كل شيء إلى البشرية ، وخرجت من هذا النظر بأن الشرائع والتقاليد على اختلافها وتعددها ليست ثمرة النزوات والأوهام » .

القوانين ، كما يقول منتسكيو ، هى العلاقات الضرورية القائمة على طبيعة الأشياء ، فإذا أردت أن تعرف حقيقة المجتمع الإنسانى ، فعليك أن تبحث عن « روح الشرائع » وعن طبيعتها ، وعليك أن ترجع إلى أصولها ، وأن تتبع تطورها ، وتتلمس مبادئها التى تقوم عليها ، ووظائفها التى تؤديها .

وأول القوانين الطبيعية التى قامت عليها البشرية قبل

تحضرها ، طلب الأمن والسلام ، لأن نزعة الإنسان البدائى العظمى هى النجاة من الأخطار ، فالبدائى « يرتعد إذا تحرك الورق ، ويهرب من رؤية الشبح » . ولا يتخذ البدائى موقف العدوان إلا كما تفعل الذئاب ، إذا عضها الجوع بنابه ، أو عجزت عن الهرب من المآزق .

القانون الثانى هو صلة المرء بغيره لحاجته إلى المعونة . حقاً يدفع الخوف إلى الهرب من بنى جنسه ، ولكنه حين يرى غيره يتجنبه خوفاً منه كذلك ، يتبدد خوفه ، ثم يلجأ بعضهم إلى بعضهم الآخر ، ويجدون فى الاجتماع لذة . وتؤكد الصلة الجنسية الروابط بينهم ، وهذا هو القانون الثالث . وعندئذ تبدأ الرغبة العقلية فى الحياة الاجتماعية ، وهو القانون الرابع .

ويحدثنا منتسكيو بعد ذلك فيقول : « فى الوقت الذى يعيش فيه الإنسان معيشة اجتماعية ، يفقد شعوره بالضعف ، وتبطل المساواة ، وتبدأ حالة الحرب » . والحرب على ضربين : حرب بين الأفراد ، وحرب بين الشعوب . ذلك أن الفرد يتبدد خوفه ويطمئن إلى حياته الاجتماعية ، ويحاول أن يبسط شخصيته ، ويشعر بالقوة والرغبة فى التوسع ، فيعتدى على غيره ليملك كل شىء . والحال كذلك فى الشعوب التى تنسى

مخاوفها ، وتشعر بالأمن ، فتنقلب إلى العدوان ، وتنشأ الحروب . ولذلك ظهرت ثلاثة أنواع من القوانين ، قانون دولى ينظم العلاقة بين الشعوب ، وقانون سياسى يحدد العلاقة بين الحكومة والشعب ، وقانون مدنى يحكم بين الأفراد فى الشعب الواحد .

أهم أجزاء كتابه الكلام عن الحرية ، وعن فصل السلطات للاحتفاظ بالحريات السياسية واحترام القوانين . وتختص السلطة القضائية بعقاب المجرمين ، والفصل فى المنازعات بين الأفراد . وإذا اجتمعت السلطات فى يد واحدة اختفت الحرية ، وحل الاستبداد محلها ، وشاع الخوف فى الناس ، وانعدم العدل ، وولى الأمن .

نقول : لقد كان منتسكيو على حق عندما اكتشف أن الخوف هو القانون الطبيعى الذى يسود البشر قبل مدنيته . ونضيف إلى ذلك أن حضارة الإنسان غطاء رقيق لم يستطع أن يبدل من الفطرة التى ركبت فى البشر ، ولا تزال غرائزه هى هى ، والخوف هو أول هذه الغرائز الدافعة له فى سلوكه فهو الذى يدفعه إلى الهرب والحذر ، والاستعداد لدرء الخطر بصنع المنشآت المختلفة التى تهدف إلى تأمين الحياة .

بين الواقعية والمثالية :

وقد تمنى كثير من المفكرين والساسة والفلاسفة أن يحترم الناس القانون عن محبة لا عن خوف ، بل ذهب بعضهم إلى القول بعدم الحاجة إلى القوانين إذا ساد التعاطف بين الناس . وفى ذلك قال سعد زغلول فيما أحفظ عنه : «يعجبنى الصدق فى القول ، والإخلاص فى العمل ، وأن تقوم المحبة بين الناس مقام القانون» . وهذا مطمع طلبه المفكرون من قديم ، ولا يزال مطمحاً عزيز المنال ، أو أملا من قبيل المثال .

أما الواقع الذى نستقرئه من النظر فى تاريخ الشعوب ، ومشاهدة ما يجرى اليوم بيننا ، فهو أن الدولة لا تخلو من قوانين ، وأن القوانين ليست شيئاً بعيداً عن عادات القوم وتقاليدهم ، وأن قيمة القوانين فى تطبيقها على الأفراد ، ولا يمكن تطبيقها إلا إذا كانت نافذة ، ويعتمد نفاذها على القوة التى تطبق العقوبة دون تفضيل أحد على آخر مهما ترتفع منزلته أو تعظم ثروته ، مما يؤدى إلى إشاعة العدل وسيادة القانون .

وقد اختلف المؤرخون فى الحكم على عمر بن الخطاب أبالشدة والقسوة يصفونه أم بالعدل ، ونحن نرى أن عمر كان

مثال العدل فى تطبيق الشريعة الإسلامية ، والعمل على تثبيت قواعد هذا النظام الجديد . يروى أنه أقام الحد على شارب خمر فمات قبل تمام الثمانين جلدة ، فلم يمنعه الموت من الاستمرار فى الجلد . هذه السيرة العادلة فى تنفيذ قوانين الإسلام هى التى أفضت إلى ابتعاد المسلمين فى عهده عن ارتكاب الرذائل ، وإلى التزام الحدود المشروعة ، أو احترام القانون .

وقولنا احترام القانون يتضمن الخوف منه ؛ لأن الاحترام علاقة وجدانية تقوم على عواطف كثيرة منها الخوف والحب والإعجاب .

جملة القول إن الإنسان ما دام مركباً من طبائع مختلفة ، إلى جانب ما فيه من عقل ، ومن هذه الطبائع الأثرة والطمع والحسد والميل إلى السيطرة والتطلع إلى النفوذ والسلطان، فلا بد من وجود القوانين التى تحد من الأثرة ، وتقف فى سبيل المطامع ، وترد صاحب العدوان الذى يبغى بسط نفوذه وسلطانه بالقوة وحد السلاح . ولذلك كانت المثالية التى ينشدها بعض الفلاسفة فى مدنهم الفاضلة حيث ينعدم القانون ، أو يقوم على المحبة وحدها ، مطلباً عزيز المنال ، مادام البشر مركباً من هذه الطبائع التى ذكرناها .

الخوف بين الدول :

ولننقل الآن الحديث عن علاقة الأفراد فى ظل قانون الدولة ، إلى الخوف بين الدول .

والحق أن الخوف كما أنه أساس حفظ الحياة بالنسبة إلى الفرد ، فهو المحور الذى يدور عليه كيان الدول . وقد حدثنا منتسكيو عن الحروب الدولية وكيف تنشب عن الطمع والعدوان وبغى الدولة التى تعتز بقوتها . وتنبه دارون من مشاهداته الطبيعية إلى أن الصراع بين الأحياء هو سر الوجود فى عالم النبات وعالم الحيوان . ويخضع الإنسان كذلك لهذا المبدأ لأنه حيوان ، ولكنه عاقل . والعقل فى الإنسان ينظم علاقاته ، ولكنه لا يلغى الجوانب الحيوانية فى البشر . فلا غرابة أن يخضع الإنسان لهذا المبدأ الطبيعى ، ولذلك كانت حياة الدول دائمة الصراع ، متصلة النزاع ، ويشهد التاريخ بهذه الحقيقة ، كما يشهد الحاضر الذى نعاصره ونعيش فى أحداثه .

ولا صراع بدون عدوان ، وعندئذ ينزل الخوف فى النفوس ويحل الرعب فى القلوب . فلما ذاق الناس طعم الحروب ، وجربوا أهوالها ، أضحوا يخافون وقوعها ، ويعيشون فى هم

دائم ، وقلق مستمر ، خشية وقوع الحرب . ويقولون إن حالة القلق السائدة فى الناس اليوم هى أثر « الحرب الباردة » أو « حرب الأعصاب » ، وهذا لون جديد من ألوان الحروب يعرف باسم الحرب السيكولوجية ، لأنه يستند إلى دراسة طبائع النفس البشرية ، وما ركبت عليه من الخوف والفزع والقلق ، وأثر ذلك فى انهيار العزيمة ، واضطراب التفكير ، وطيش السلوك ، والإسراع بالخضوع .

وقد أصبحت الحروب الحديثة شديدة الفتك ، مخيفة حقاً ، مع اختراع القنابل الذرية وغيرها من الأسلحة المبيدة للبشر . لذلك قام روزفلت يريد إنقاذ الإنسانية ، ونشر السلام ، وإقرار الأمن ، فأعلن حقوق الإنسان الأساسية ، أو الحريات الأربع ، وهى :

التحرر من الفقر أو العوز .

التحرر من الخوف .

حرية الفكر .

حرية العقيدة .

ونحن نرى لأول مرة فى التاريخ الحديث إعلان حق التحرر من الخوف .

والذى أذهب إليه ، هو أن هذه الحريات الأربع ترجع

جميعاً إلى حرية واحدة ، هى التحرر من الخوف . وإنما أراد الرئيس روزفلت تقسيمها على سبيل التنظيم ، لأن مراعاة الظروف السياسية فى وقت إعلان هذه الحقوق اقتضت هذا التحديد .

ولا ريب فى أن اعتداء دولة على دولة أخرى بقوة السلاح ، مما يجعل الشعوب تعيش فى خوف وقلق ، فيحس أهلها بعدم الاستقرار وفقدان الطمأنينة ، ولا يتيسر لهم مع هذا القلق التفرغ للعمل والإنتاج ، وإقامة العمران وبث الحضارة ، والتفكير السليم ، والشعور بالسعادة .

وفى هذا العدوان رجوع بالإنسانية إلى شريعة الغاب ، ووحشية الذئاب . وقد كانت الحروب إلى عهد قريب خاضعة لآداب تواضعت الإنسانية على احترامها ، فلا تنتهك حرمة الأمن ، أو يفتك بالضعيف ، أو يهاجم الأعزل من السلاح ، لأن الحرب كانت تقع بين الجيوش لا بين الأهالى الوادعين .

أما اليوم ، بعد الحرب العالمية الأخيرة ، فلم يعد يسلم من الاعتداء شيخ عجوز ، أو طفل رضيع ، لأن القنابل التى تلقى من الطائرات لا تفرق بين الرجال والنساء ، أو الأقوياء والضعفاء . بل لقد أصبحت الإنسانية بأسرها مهددة

بالفناء ، إذا استعملت الأسلحة الذرية المبيدة للأحياء .

فالخوف على مستقبل الإنسانية هو الذي دعا إلى إعلان هذا الحق الجديد ، حق التحرر من الخوف ، نعني خوف الشعوب المحبة للسلام من الشعوب المؤثرة للعدوان .

وقد رأينا أن فائدة القوانين المشرعة في داخل الدولة ، إقامة العدل بين الناس ، وحفظ الحدود بين الأفراد ، حتى لا يعتدى القوي على الضعيف . وشرعت الجزاءات إلى جانب القوانين لتأديب المعتدين وإرهابهم وجعلهم قدوة لغيرهم . فلا بد من تشريع قانون دولى ينظم العلاقات بين الدول ، ويمنع اعتداء بعضها على بعضها الآخر .

وقد أسلفنا القول أن المرء بإزاء الخطر يفعل أحد أمور ثلاثة إما الهرب ، وإما الخضوع والاستسلام ، وإما الهجوم على الخطر للقضاء عليه بالقوة . والحال كذلك فى الجماعات ، فهى إما أن تهرب عند الخوف فتهجر بلادها وأوطانها وتهاجر إلى مواطن أخرى أكثر أمناً . وإما أن ترضى بالذل فتستسلم : وإما أن تثور لرد الاعتداء ، وعندئذ ترخص الأرواح ، وتسيل الدماء . وقد لخص على بن أبى طالب ، رضى الله عنه ، هذا المعنى ، عندما غلب أصحاب معاوية أصحابه على شريعة الفرات بصفين ، ومنعوهم من الماء . وقال :

« قد استطعموكم القتال ، فأقروا على مذلة ، وتأخير محلة ، أو رووا السيوف من الدماء ، ترووا من الماء ، فالموت فى حياتكم مقهورين ، والحياة فى موتكم قاهرين » .

الخوف من الفقر :

الأصل فى الفقر لغة الاحتياج ، وفى اللغة الأجنبية Fear from want ، ونقلناها الفقر أو العوز . وأول حاجات الإنسان التى يفتقر إليها الطعام ، لأنه يقيم الأود ، ويحفظ الحياة . ولذلك أطلق الفقر على قلة الأقوات والملبس والمأوى ، وهى أهم الحاجات . ولا نزاع فى أن انعدام القوات أو نقصه مما يدعو إلى خوف المرء على حياته . ولذلك جمع الله بين الخوف والفقر ، وقرن الطعام بالأمن . قال تعالى : « أطعمهم من جوع وآمنهم من خوف » . وجاء فى سورة البقرة : « ولنبلونكم بشىء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات وبشر الصابرين » . ونجد هذا المعنى نفسه فى سورة النحل حيث يقول سبحانه : « وضرب الله مثلا قرية كانت آمنة مطمئنة يأتيها رزقها رغداً من كل مكان فكفرت بأنعم الله فأذاقها الله لباس الجوع والخوف بما كانوا يصنعون » .

فالخوف من ذهاب النعمة يدفع إلى الإيمان بالله ، وإلى

الدعاء والذكر ، وإلى الحمد والشكر . وقد يدفع الجوع إلى الكفر ، لا بنعمة الله فقط ، بل بالله الواحد القهار . ومن أقوال العامة : « الجوع كافر » .

وتروى كتب التاريخ أن القحط حين اشتد نابه فى حكم المستنصر ، أكل الناس الخيل والقطط والكلاب حتى نفدت جميع الحيوانات . ثم أكل الإنسان لحم أخيه ، على المعنى الواقعى لا المعنى المجازى ، فكانوا يخطفون الماشى فى الطريق بالكلابات من فوق أسطح البيوت ، ويأكلون لحمه كما تؤكل الأغنام . ولعلك تتصور مدى خوف الناس فى تلك الأيام .

ولنرجع إلى حديث التحرر من الفقر ، وبيان صلة هذه الحرية بالخوف .

فقد تبين لقادة العصر الحاضر أن الحريات التى أعلنتها الثورة الفرنسية فى أواخر القرن الثانى عشر ، وهى الحرية والإخاء والمساواة ، لا يمكن أن تتحقق إلا إذا تحددت تحديداً مادياً يتصل بالكسب والعمل والحصول على المال .

وقد دفع الخوف من الفقر الناس إلى قتل أبنائهم ، كما قال تعالى ينهى العرب فى الجاهلية عن وأد النبات : « ولا تقتلوا أولادكم خشية إملاق » . والحاجة هى التى دفعتهم إلى بيع الأولاد فى الأسواق ، فكان ذلك من أسباب ظهور

الرقيق . وقد ساد الرق فى قديم الزمان ، وكان الناس يباعون كما تباع الأغنام . وكان المماليك الذين حكموا مصر يشترون من أسواق التركستان وغيرها . وظلت أسواق العبيد السود قائمة إلى عهد قريب . حتى انتشرت فى القرن الماضى حركة إنسانية تهدف إلى تحريم الرق ، ونشبت حرب التحرير فى الولايات المتحدة ، وانتصر دعاة التحريم ، وأصبح ذلك جزءاً من شرائع العالم .

فهل حقاً ذهب الرق إلى غير رجعة ، وانتهى استغلال الإنسان للإنسان ، وأصبح آمناً على حياته ، لا يخشى أن يشترى ويباع .

الواقع لا يزال الرق موجوداً فى صورتين ، الأولى الاستعمار الدولى ، وهو اعتداء الدول القوية على الدول الضعيفة لاستغلال مواردها وأهلها ، ولذلك كان الاستغلال الاقتصادى من أهم أسباب الحروب .

والثانية احتكار الشركات وأصحاب الأعمال للعمل ، بحيث لا يستطيع المرء أن يعمل لكسب معاشه إلا إذا خضع لشروط هذه الشركات وأصحاب المال ، فيضطر إلى قبول الأجور المفروضة حتى لا يتعرض للموت جوعاً .

فالخوف هو الذى يدفع العمال والموظفين إلى قبول هذه الأجور.

ولما كانت هذه الأجور لا تكاد تفى بالقوت الضرورى الذى يقيم الأود من يوم ليوم ، تدخلت الحكومات ، فشرعت الحد الأدنى للأجور ، ونظام التأمين الاجتماعى فى أحوال العجز والمرض والشيخوخة ، وما إلى ذلك من التشريعات العمالية . والعلة فى تدخل الحكومات لتشريع هذه القوانين هو الصالح العام ، لأن المزارع أو العامل أو الموظف ، إذا كان دائم الخوف على مستقبله ، ومستقبل أولاده وأسرته ، ظل مشغول البال ، فلا يحسن القيام بالعمل المنوط به ، ويقل إنتاجه . فالخوف من أعظم العوامل فى ضعف الإنتاج ، وقد يؤدى إلى التوقف والشلل .

الخوف والفقر والفكر :

وهناك صلة أخرى بين الفقر ، نعنى الحاجة والعوز ، وبين حرية القول والحرية السياسية بوجه خاص ، مما يدل على تداخل الحريات ، ورجوعها طبقاً للمذهب الذى ندعو له إلى الخوف .

فلا وجود للحرية السياسية إذا فقد الأمن الاقتصادى . ومن المعروف أن الإنسان عبد الإحسان . قيل لما فتح المعز لدين الله الفاطمى مصر ، وحضر مع أهله وبيته إلى القاهرة ،

سأله الناس عن حقيقة نسبه من السيدة فاطمة رضى الله عنها ، فنثر عليهم الذهب بيمينه ، وأخرج سيفه من غمده بشماله وقال لهم : هذا حسبى ، وهذا نسبى . فكان للذهب سحر وتأثير وسلطان أقوى من سلطان الحراب والإرهاب .

ولا يزال سلطان المال مسلطاً اليوم على العقول والأقلام ، يسوقها بالرغبة والرهبة ، والخوف والرجاء .

ذلك أن منابر الرأى فى العصر الحاضر هى الصحف والمجلات والكتب والسينما والراديو ، وهذه كلها خاضعة لرقابة الحكومات الدكتاتورية تتحكم فيها كيف تشاء ، أو مسيرة بسلطان رجال المال فى الدول الديمقراطية يحركونها من وراء ستار . ولذلك يخشى الكاتب إبداء رأيه بما يخالف سياسة هؤلاء القوم ، حتى لا يحرم نفسه من مورد الرزق .

فلا غرابة أن تجد الأقلام مسخرة لخدمة الأغراض والأهواء ، إما رغبة فى الحصول على المال ، وإما خوفاً من فقدانه .

نخلص من ذلك كله إلى أن حرية الرأى لا يمكن أن تكفل حقاً إلا إذا أمن الناس على حياتهم الاقتصادية ، لأن الأمن الاقتصادى يؤدى إلى الأمن الاجتماعى ، وهو الذى يحرر من الخوف .

لهذا صح عندنا أن يكون مرد سائر الحقوق إلى حق واحد هو الحق فى الأمن ، وإلى حرية واحدة هى التحرر من الخوف .

إقرار السلام :

وقد ارتفعت هذه الحريات إلى مرتبة العموم ، فأصبحت تشمل العالم بأسره ، واعتنقتها سائر الدول بعد أن ذللت طرق المواصلات سبيل اتصال الشعوب بعضها ببعضها الآخر ، وأخذت الإنسانية تسير نحو « عالم واحد » . ومن ثم أصبح من الضرورى تنظيم الأمن الدولى ، وإعادة النظر فى القانون الدولى .

حدث ذلك فى عصبة الأمم التى أنشئت بعد الحرب الكبرى الماضية التى تبين مبلغ خطرها على أرواح الجند والمدنيين ، واستعملت الغازات السامة ، وألقيت القنابل من الطائرات ، وأصبح كل فرد مهدداً تهديداً مباشراً فى حياته .

ونصت العصبة على عقوبات ثلاث تنزلها فى حالة اعتداء دولة على دولة أخرى بقوة السلاح ، وهى الطرد من عصبة الأمم ، وتوقيع الجزاءات الاقتصادية ، وتوقيع الجزاء الحربى .

ولا ريب أن العزلة الدولية مخوفة ، لأن الأصل فى البشر

الاجتماع . انظر إلى الطفل إذا خاصمه أقرانه كيف يؤثر ذلك فى نفسه ، فتلين عريكته ، ويطلب الصلح بأى ثمن ، حتى يلعب مع أترابه ويتعامل وإياهم .

والعقوبة الاقتصادية تخويف بالفقر . وهذا ما لجأت إليه دول الجامعة العربية فى مقاطعة دولة إسرائيل اقتصادياً ، فكان لهذه العقوبة أعظم الأثر فى الدولة الناشئة .

وقد تبين أن الدول الراغبة فى العدوان لم تحفل بالطرد من العصبة ، ولم تأبه للعقوبات الاقتصادية ، كما حدث فى حرب إيطاليا والحبشة . فانهارت عصبة الأمم ، ولم تعد أداة صالحة لحفظ الأمن الدولى . وبقيت الدول فى خوف من الاعتداء عليها ، ورأت من واجبها الدفاع عن نفسها ، وتسابقت الدول فى التسليح ، ووقعت الحرب العالمية الأخيرة .

وقد استفادت هيئة الأمم المتحدة ، ومجلس الأمن ، وهو المنظمة التابعة لهذه الهيئة ، الخاص بإقرار السلام ، من الفشل الذى منيت به عصبة الأمم ، فخصص ميثاق الأمم المتحدة الفصل السابع لتدابير القمع ، « وفيما يتخذ من الأعمال فى حالات تهديد السلم ، والإخلال بها ، ووقوع العدوان » . وأهم ما فى هذه التدابير وقف الاعتداء بحد السلاح وسلطان القوة ، وهذا ما فعلته أمريكا والدول التى أيدتها فى رد اعتداء

كوريا الشمالية بالقوة المسلحة ، ولا تزال الحرب دائرة حتى الآن.

وهكذا تبين أن وقف العدوان لا يكون إلا بسلطان القوة ، وأن احترام القانون الدولى محتاج إلى « قوة بوليسية » تحميه وترهب من تحدثه نفسه بالاعتداء عليه ، كما هى الحال فى وجود بوليس يحفظ الأمن فى داخل كل دولة .

كأن تنظيم القوانين الدولية واحترامها ونفاذها لا يتم إلا بقانون عقوبات . وهذا شىء جديد فى الكيان الدولى ، إذ كان المعروف حتى عام ١٩١٩ أن تدخل دولة فى عمل دولة أخرى ليس مشروعاً . أما اليوم فيعدون الدول بأسرها داخلة فى نطاق دولة واحدة .

بعض مخاوف الشعوب

تسود الشعوب مخاوف تنتقل من جيل إلى جيل وتصبح على مر الزمان من جملة التقاليد . وإذا تتبعنا كثيراً من المخاوف الشعبية الحاضرة ، رأينا أنها ميراث الإنسان البدائى ، وفى ذلك يقول نيتشه : « إننا نعيش على آثار العواطف الأولى التى انفعل بها أجدادنا فى العصور البدائية » .

ولم يكن يعرف الإنسان البدائى إلا الظاهر المحسوس ، حتى إن مشاعره الباطنة ، والرؤى التى يراها فى أحلامه ، لا تفترق عما يشاهده فى الظاهر . فالكون بأسره ، سواء أكان ذلك الشمس التى تجرى من الشرق إلى الغرب ، أم السحاب الذى تسوقه الرياح ، أم المطر الذى ينزل من السحاب ، أم الشجر الذى ينمو شيئاً فشيئاً مع الأيام ، أم الحيوان الذى يدب على ظهر الأرض ، جميع هذه المظاهر تحركها قوى مادية خفية أشبه بذلك القرين الذى اكتشفه فى نفسه حين رأى خياله فى ماء النهر أو البحيرة فعرف نفسه ، وعرف أنه مصدر ما فعل . ووجد ظله يلازمه ولا يفترق عنه ، فهو قرينه

يبدو له كالشبح ، ولا يستطيع أن يلمسه كما يلمس الأشياء الخارجية . ثم ذهب إلى القول بوجود روح خفية هى التى تحركه ، وتدفعه إلى العمل . واعتقد أن كل شىء فى هذا الوجود تدفعه إلى الحركة قوة خفية كهذه الروح التى اكتشفها فى نفسه . ثم جسّم هذه القوى الخفية حتى جعلها فائقة على الطبيعة المألوفة . ثم توجه إلى هذه القوى التى رهبها وخشى منها بالرجاء ، والتمس منها العون بالدعاء ، ودفع شرها عنه بالقربان والابتهال والاحتفال .

الخوف من السحر :

ونشأ السحر عن الاعتقاد فى وجود هذه القوى القادرة على الخير والشر . ورتب البدائيون حياتهم وأعمالهم مخضعين إياها لهذه القوى ، وأوجبوا على أنفسهم دفع شرها بأعمال سحرية تضادها ، وتبطل أثرها السيئ .

ويحكى علماء الاجتماع كثيراً من المشاهدات التى تؤيد ذلك . عندما يطارد رجل من شعب « الجلياك » صيداً فى الغابة ، يمتنع أهله وأولاده وهم فى داخل الدار من الرسم على الخشب أو الرمل ، ذلك لأنهم يخشون أن تضطرب الطرق فى الغابة ، وتختلط المسالك تبعاً لاختلاط الخطوط فى

الرسوم ، حتى ليفقد الصائد طريقه ويضل ، ويعجز عن العودة إلى أهله .

ومما يروى عن نساء « الدياك » امتناعهن عن المساس بأى مادة شحمية لزجة ، إذا كان أزواجهن فى الصيد ، حتى لا تنزلق الفريسة من بين أصابع أزواجهن .

ويخشى نساء « الهوتنتوت » على أزواجهن إذا كانوا فى رحلة الصيد أن يمسهم الضر ، فيشعلن ناراً تظل موقدة لا تخبو ؛ أو يذهبن إلى شاطئ النهر يعبثن بالماء دون توقف ، فإذا توقفن عن إشعال النار أو العبث بالماء ، وقع الأزواج فى أعظم الخطر .

ويعتقد البدائيون أن هذه الأعمال تدفع عنهم الأذى وتبعد الشر . ثم استغل بعض المهرة منهم هذا الاعتقاد فى أعمال السحر التى تعرف باسم « السحر الأسود » . فكان أعظم ما يخشاه البدائيون ويرهبون جانبه هو الساحر الذى يستطيع بقوته السحرية أن يصنع من الطين على هيئة العدو ، ثم يطعنه فى موضع القلب ، فإذا بغريمه يقع صريعاً ، على بعد المسافة واختلاف المكان . ويروى مالينوفسكى العالم الاجتماعى أنه شاهد أحد هؤلاء السحرة يضرب بسيفه فى الهواء ، كأنه يثير خصمه ، ويبعث فى نفسه الرعب ، وليس الذى أمامه إلا تمثالا .

ولا يقف الخصم إذا عرف بهذه الأعمال السحرية مكتوف الأيدى ، إذ يلجأ إلى ساحر آخر يعمل على إبطال ذلك السحر ، فإذا لم يجد استسلم للقضاء والقدر ، وامتنع عن تناول الطعام حتى يموت .

ولا تزال هذه الأعمال السحرية شائعة فى مصر بين العامة من الناس ، وفى الريف بوجه خاص ، ويربح السحرة من هذه المهنة الكثير من المال يبتزونه من السذج وأصحاب العقليات البدائية .

ومما يتصل بهذا الباب أن كثيراً من الناس يخشون أن يتركوا شيئاً من خاصة أبدانهم كالشعر أو الأظافر ، لأنها إذا وقعت فى يد عدو لهم ، قرأ عليها العزائم السحرية فأضرت بهم . وهذا أثر من عقائد البدائيين لا يزال يسرى فى العامة حتى اليوم . وفى اصطلاح القوم أن كل ما يتعلق بالإنسان سواء أكان ذلك خصلة من شعره ، أو قلامة من ظفره ، أو رقعة من ثيابه ، أو شيئاً من هذه الأشياء التى يستعملها ، فهو « الأثر » ، وينطقه العامة محرفاً فيقولون : « الأطر » . وإذا ذهبت اليوم إلى شخص ممن يزعم الاطلاع على الغيب أو عمل السحر طلب « منديل » الشخص الذي تريد أن تسحر له

الخوف من الجن :

وكلما انتشر العلم والتعليم تبددت هذه المخاوف التى تشيع مع انتشار الجهل . وقد كانت أكثر انتشاراً فى القرن الماضى منها اليوم . وروى إدوارد لين فى كتابه عن مصر فى القرن التاسع عشر عدة فصول عن الخرافات والسحر ، وذكر حكايات كثيرة شاهدها بنفسه ، أو سمعها عن أصدقائه . حكى له الشيخ خليل المدابغى وهو من أشهر علماء مصر فى ذلك الحين الحكاية الآتية : « كان له قط أسود عزيز ينام عند سريره . وسمع فى منتصف إحدى الليالى طرقاً على باب داره فقام القط ، وفتح مصراع الشباك ، وهتف : من ؟ فأجابه صوت : أنا فلان الجنى ، افتح الباب . فقال القط : إن المزلاج قد قرئ عليه اسم الله. فقال الجنى : اعطنى رغيفين من الخبز . فأجاب القط ، إن سلة الخبز سمى عليها . ثم أشار عليه القط أن يذهب إلى البيت المجاور . . . » .

ومغزى هذه الحكاية الاعتقاد فى تشكل الجن بأشكال الحيوانات وبخاصة القطط والكلاب .

ويذهب الجاحظ فى كتاب الحيوان مذهباً معقولا فى تعليل الاعتقاد بالجن والغول والعفاريت . فهو يرجع ذلك

إلى الوحشة من الانفراد والعزلة ، وإلى ميل بعض الناس إلى الكذب والتهويل . قال : إن أصل الأمر فى تغول الغيلان أن القوم لما نزلوا بلاد الوحش عملت فيهم الوحشة . ومن انفرد وطال مقامه فى البلاد والخلاء والبعد من الإنس استوحش .

وإذا استوحش الإنسان تمثل له الشيء الصغير فى صورة الكبير ، وارتاب ، وتفرق ذهنه ، فرأى ما لا يرى ، وسمع ما لا يسمع ، وتوهم على الشيء اليسير الحقير أنه عظيم جليل .

ثم جعلوا ما تصور لهم من ذلك شعراً تناشدوه ، وأحاديث توارثوها ، فازدادوا بذلك إيماناً ، ونشأ عليه الناشيء ، وربى به الطفل ، فصار أحدهم حين يتوسط الفيافى ، وتشتمل عليه الغيطان فى الليالى الحنادس ، فعند أول وحشة وفزعة ، وعند صياح بوم ومجاوبة صدى ، وقد رأى كل باطل ، وتوهم كل زور ، وربما كان فى أصل الخلق والطبيعة كذاباً نفاجاً ، وصاحب تشنيع وتهويل ، فيقول فى ذلك من الشعر على هذه الصفة ، فعند ذلك يقول : رأيت الغيلان ، وكلمت السعلاة . ثم يتجاوز ذلك إلى أن يقول قتلتها ! ثم يتجاوز ذلك إلى أن يقول رافقتها ! ثم يتجاوز ذلك إلى أن يقول : تزوجتها .

قال عبيد بن أيوب :

فلله در الغــول أى رفيقه　　لصاحب قفر خائف متقتر

ومما زادهم فى هذا الباب ، وأغراهم به ، ومد لهم فيه ، أنهم ليس يلقون بهذه الأشعار، وبهذه الأخبار ، إلا أعرابياً مثلهم ، وإلا عامياً ، لم يأخذ نفسه قط بتمييز ما يستوجب التكذيب والتصديق ، أو الشك ، ولم يسلك سبيل التوقف والتثبت فى هذه الأجناس قط .

فانظر كيف نسب الجاحظ الاعتقاد فى الجن إلى الخوف . ثم إلى الكذب والتهويل ، ثم إلى الجهل . والجهل كما ذكرنا أول مصادر الخوف .

وقد أدى انتشار الجهل فى عصور التأخر والانحطاط إلى تصور أن الجن كائنات متوسطة بين الملائكة والإنس . وأنها تتشكل على هيئة الطير والبهائم والوحش والناس ، وتستطيع أن تختفى حين تريد . وزعموا أنها تسكن جبال قاف ، ثم قالوا : ومنهم الكفرة ومنهم المؤمنون ، أما الكفار فهم الشياطين والأبالسة .

ومن سوء تربية الآباء لأبنائهم أن يعملوا على تخويفهم بالعفاريت فينشأ الأطفال على الفزع والجبن . وكنت أسمع وأنا صبى صغير أقاصيص الجن والعفاريت من الخدم ، ومن امرأة عجوز كانت تزورنا ، وتبيت عندنا الليلة أو الليلتين ،

تقضيهما فى السمر إذا جاء المساء . فإذا دب أحد الأطفال على أرض الغرفة قالت له رفقاً بسكان المكان . وكانت لهذه الأقاصيص فتنة فى عقولنا الصغيرة ، فهى تبعث على الخوف ، وتدفع مع الخوف إلى التهويل ، وتؤدى مع التهويل إلى فسحة من الخيال الخصب الذى يزخر بالرؤى فى اليقظة ، والأحلام فى المنام .

ولا تحسبن أن هذه الخرافات العجيبة وقف على العرب والمسلمين ، فهى شائعة فى الجنس البشرى بأسره فى عصوره البدائية . ويمتلىء الأدب اليونانى القديم بأساطير الجن والشياطين . وزعم الجرمان أن الغابات فى ابتداء أمرها كانت عامرة بالشياطين والمردة والجن والعرائس ، حتى لقد انبثت هذه الجن والشياطين فى موسيقى المحدثين من الجرمان مثل فاجنر وموزارت . وهذا سر روعتها ، لأنها تثير فى النفس ما رسب فيها من مخاوف ومشاعر استقرت منذ أجيال وأجيال .

ومن الغريب أن يعتقد جيته هذا الاعتقاد ، مع أنه من جملة فلاسفة القرن التاسع عشر الذين كانوا يؤمنون بالعلم وسطوته ، والعقل وقوته . إلا أنه عجز عن تفسير العبقرية ، وذهب فى تعليلها مذهب العرب الذين كانوا يقولون بشيطان الشعراء .

كتب جيته فى هذا المعنى يقول :

كثيراً ما تجد سيرة المرء تتحول فى منتصف عمره . وبعد أن كان مؤيداً فى شبابه فيقبل من نجاح إلى نجاح آخر ، إذا به يتغير فجأة فتلاحقه البلايا ، ويقبل من نحس إلى نحس آخر . وأزيدك بفكرتى بياناً فأقول : إن المرء لا يكاد يصل حتى يتحطم ، ولكل عبقرى رسالة خاصة. لا تزال تلح عليه فى إبلاغها ، حتى إذا أتمها لم تعد به حاجة إلى أن يعيش فى هذه الصورة التى يعيشها على ظهر الأرض . ولما كان كل شىء على ظهر الأرض خاضعاً للقوى الطبيعية ، فإن الجن لا تزال تعلو بالعبقرى ثم تتركه فيهوى . كان ذلك هو الحال مع نابليون ، ومع روفائيل ، ومع موزارت فى سن السادسة والثلاثين .

فإذا سلمنا بهذا المذهب رأينا أن الذى يتملكه الشيطان ، إما أن يطمئن إليه ، فيركب على أجنحته ، ويحمله على الخلق والإبداع وإحداث المعجزات والخوارق ، وإما أن يفزع منه ويرهبه ، فيهوى ، وتسوء حاله ، وتضطرب حياته .

أقول : ليس الشيطان الذى اطمأن إليه جيته ، وفزع منه ، إلا الضمير أو الأنا العليا تارة ، والأنا السفلى أو النفس الأمارة

بالسوء تارة أخرى . هذا إذا أخذنا بمذهب أصحاب التحليل .
أو قل إن الإنسان يخاف نفسه ، حين يعتقد أنه مركب من
جسد وروح ، كما ذهب البدائيون إلى أن سائر الكائنات
تحركها أرواح كهذه الروح التى تحرك الإنسان .

وزعم حكماء الهند أن النوم ينشأ من انفصال النفس عن
عن الجسد ، وجاء فى أحد كتبهم المقدسة : « لا يوقظن أحد
نائماً إيقاظاً مفاجئاً عنيفاً ، حتى لا تضل الروح ، فلا تعرف
طريقها إلى جسدها » .

الخوف من الحسد والعين :

وكان قدماء المصريين يعتقدون فى وجود الأرواح الشريرة ،
وفى أنها مصدر الشر والضرر الذى ينزل بالناس ، فخشوا
بأسها ، ورهبوا جانبها ، واستعانوا على طردها ، وإبعاد شرها ،
بضروب من التعاويذ والرقى والتمائم . ذكر « بريستد » قصة
أم والهة ترقى ولدها ، وتريد أن تبعد عنه الشياطين ، قالت
ما ترجمته عن أوراق البردى :

اخرج يا من تأتى فى الظلام وتدخل خلسة .
هل أتيت لتقبل هذا الطفل .
لن أسمح لك بتقبيله .

هل أتيت لتأخذه ؟ .
لن أسمح لك بأخذه منى
لقد حصنته منك بعشب إفيت الذى يؤلمك .
وبالبصل الذى يؤذيك .
وبالشهد الحلو فى فم الأحياء المر فى فم الأموات .

وقد انحدرت عادة الرقية عن قدماء المصريين واحتفظ بها الشعب فى جملة تقاليده حتى اليوم ، وفى يوم عاشوراء المبارك يتجول بائع الرقية ، وهى مكونه من ملح وكزبرة وحبة سوداء ، منادياً : « يا بركة عاشوراء المبارك » . فإذا دعى للرقية أنزل صينية وباع منها مقداراً بحسب طلب الشارى ، وهو ينشد العبارات المألوفة : « أرقيك من عين الولد أحمى من الزرد ، ومن عين الراجل أحدّ من المناجل . . . » .

والمقصود بالعين فى هذه الرقية عين الحسود ، ولذلك قالت العامة : « عين الحسود فيها عود » . والأصل فى الحسد أن نظرة العين تصيب الإنسان أو الحيوان أو المتاع بالضرر ، ولا يكاد بصر الحاسد يقع على الطفل حتى يموت ، أو الدابة فإذا بها تنفق ، أو التجارة فتكسد وتبور . ويحكى الفلاحون فى الريف عن ناس اشتهروا بالحسد ، واختصت عيونهم بهذا الضرب من القوة الشريرة الخفية ، فلا تقع عين

الواحد منهم على بقرة جاره الحلوب حتى يجف لبنها، أو تصاب بالمرض ثم تموت . فلا غرو أن يخشى العامة عين الحسود . وهذه هى العلة فى تخفى الناس عن الأعين عند تناول الطعام ، نعنى خوف الحسد ، ويقولون فى ذلك إن الحاسد يتمنى أن ينزل الطعام فى جوف آكله سما زعافا .

وقد يدفع بعض الناس شر الحسد بقراءة المعوذتين ، التعوذ بالله رب الناس ملك الناس إله الناس من شر الوسواس الخناس الذى يوسوس فى صدور الناس من الجنة والناس . أو التعوذ برب الفلق من شر ما خلق ومن شر غاسق إذا وقب ومن شر النفاثات فى العقد ومن شر حاسد إذا حسد .

فى حديث عن الإمام أحمد قال : «سحر النبى صلى الله عليه وسلم رجل من اليهود ، فاشتكى لذلك أياماً ، قال فجاءه جبريل فقال : إن رجلا من اليهود سحرك ، وعقد لك عقداً فى بئر كذا وكذا ، فأرسل إليها من يجىء بها ، فبعث رسول الله صلى الله عليه وسلم فاستخرجها ، فجاءه بها ، فحللها . قال : فقام رسول الله صلى الله عليه وسلم كأنه نشط من عقال» .

وأنكر الزمخشرى فى تفسيره تأثير السحر إلا إذا آمن به الجهلة ، قال : «النفاثات النساء أو النفوس أو الجماعات السواحر اللاتى يعقدن عقداً فى خيوط ، وينفثن عليها ،

ويرقين . والنفث النفخ مع ريق . ولا تأثير لذلك اللهم إلا إذا كان ثمّ إطعام شيء ضار ، أو سقيه ، أو إشمامه ، أو مباشرة المسحور به على بعض الوجوه . ولكن الله عز وجل قد يفعل عند ذلك فعلا على سبيل الامتحان الذى يتميز به الثبت على الحق من الحشوية والجهلة من العوام ، فينسبه الحشو والرعاع إليهن وإلى نفثهن . والثابتون بالقول الثابت لا يلتفتون إلى ذلك ، ولا يعبأون به . »

وهذان مذهبان متناقضان فى السحر والحسد ، أحدهما يسلم بوجودهما وأثرهما ، ويؤدى الاعتقاد فى هذا التأثير إلى الرهبة من السحر ، وإلى الخوف من الحسد ، ويترتب على ذلك العمل على إبعاد أثرهما بأحد طريقين : التعوذ بالله ، أو بضروب التعاويذ الشعبية التى تختلف باختلاف الشعوب . والطريق الثانى إخفاء ما تخشى عليه أعين الحساد . ولذلك تلجأ العامة إلى ألوان من السلوك ثبتت مع الزمن فأصبحت من جملة التقاليد والعادات . فتجد المرأة إذا أنجبت طفلا حجبته عن الأنظار ، ويتخفى الرجل إذا أكل عن العيون ، وينكر التاجر ربحه ، دفعاً للعين وخوفاً من الحسد . ولست تجد ذلك فى الدول الراقية التى لا يعرف أهلها سراً ، ولا يضعون أموالهم فى الخزائن والقدور داخل الدور .

ويعلل فرويد الخوف من العين فيرجع ذلك إلى عهد الطفولة ، حين كانت الأم تنهر ابنها ، وتنظر إليه فى غضب ، وحين كان الأب يثور على طفله فيتطاير الشرر من عينيه . فالخوف من العين الشريرة ذكرى حياة الطفولة . وشيوع هذا الضرب من الخوف فى الأمة دليل على طفولتها .

الخوف من الأرواح :

ولا يزال الخوف من الأرواح شائعاً عند كثير من الناس ، لأن الأرواح خفية مجهولة ، وكل مجهول مخوف .

ولذلك عبد القدماء الأرواح ، وألهوها ، وألهوا كل ذى روح . وإنما عبدوا الأرواح لخوفهم منها ، وخافوها لجهلهم بها.

وكانت حياة الإنسان البدائية محفوفة بالمخاطر التى ملأت قلبه رعباً ، ثم أضاف إلى مخاوفه خوفاً أعظم هو رهبة الموت . ولقد فزع من الموت عندما أدرك نفسه ، وعرف امتيازها عن الجسد ، وتحقق وجودها مستقلة عن الأجرام المادية ، ورأى الأعزاء من أهله فى أحلامه بعد موتهم وقد أصبحت أجسادهم عظاماً ، وتحدث إليهم وتحدثوا إليه فى هذه الأحلام ، ففزع من الرؤيا ، وأخذ يتأمل ويفكر : إذا كان الأهل قد ماتوا حقاً ، فما بال هذه الصور تفد فى الرؤى ، وما شأنها ،

وما حقيقتها ، أهى ضرب من الأوهام ، أم هى حقيقة من الحقائق الثابتة ؟ وانتهى إلى الاعتقاد فى هذه الأوهام والأحلام، وآمن بها أشد من إيمانه بالمحسوسات التى يشهدها فى يقظته ، ونسبها إلى وجود الأرواح . وهى فى الأغلب أرواح شريرة ، لأنه دفن موتاه ، وواراهم التراب ، ليحول دون عودتهم . ثم دفن مع الموتى ألوان الطعام وسائر حاجاتهم ، حتى إذا عادت الروح إلى جسدها ، تمتعت بما كانت تتمتع به ، فلا تصب لعنتها على الأحياء ، أو تمسهم بشرها .

ولقد دفع الإنسان حبه لنفسه ، ورغبته فى الحياة ، والاستمرار فى التمتع بمباهجها ، إلى أن يرهب الموت ، ويطمع فى الخلود . ولكن الموت حق ، وكل نفس ذائقة الموت ، وطبيعة الحياة تقتضى الوجود والعدم ، غير أن البدائى لم يستطع مع جهله أن يعتقد فى أن الموت ظاهرة طبيعية ترجع إلى الشيخوخة ، ونسب ذلك إلى قوة خارقة للطبيعة فائقة عليها ، وأرجعها إلى غضب الآلهة . فكان الخوف من الموت أحد أسباب التأليه.

الخوف والاعتقاد فى الله :

ثم كان الخوف علة فى تعدد الآلهة عند القدماء . فزع الإنسان من الرعد والبرق ، ورهب الأحداث الطبيعية التى تؤذيه ، وخاف

بوجه خاص من الوحوش الكواسر ، والزواحف السامة التى تقضى على حياته ، بل تعجب كيف تتحرك الشمس ويجرى القمر ، وكيف يسير السحاب وينزل المطر ، بل كيف يعبث النسيم بأوراق الشجر ، فنسب ذلك كله إلى أرواح خفية تحركها ، وشخّص الجوامد ، وقدس سائر هذه المظاهر الطبيعية وعبدها . ويؤيد النظر فى تاريخ الشعوب القديمة أنهم اتخذوا الشمس والقمر والحيوانات آلهة عبدوها دون الواحد القهار . وإنما عبدوها رهبة منها ، فكان الخوف أول مصادر التأليه . وقد ركب الله الخوف فى نفوس العباد ليصلوا بذلك إلى معرفته . وإلى الإيمان به . وليس من الصواب أن نقول إن الإنسان اهتدى إلى الله عن قوة لا عن ضعف ، لأن استقراء التاريخ قديماً وحديثاً ، ينبئ عن الإيمان حين الضعف والخوف ، ويدل على الكفر عند القوة والبطش .

ونذكر رأى الفيلسوف « توماس هوبس » الذى أوجزه فى رسائله السبع ، التى أهداها إلى الملك شارل ، قال : « ليس الدين فلسفة بل تشريعاً » . ذلك أن هوبس يعتقد أن الدين هو « الخوف من القوة الخفية » . وعنده أن فساد الدين يرجع إلى استغلال الحكام خوف الناس من القوة الإلهية ، ثم جعل الحكام أنفسهم خلفاء الله فى الأرض ، فاحتفظوا بالقوة والسلطان ، وأخضعوا الرعية باسم الدين ، وساسوهم بالإيمان ،

وساقوهم بالرهبة . ولذلك كان الدين سبيلاً إلى حفظ كيان الدولة . وليست لله إلا صفة واحدة هى القدرة والجبروت . ثم استمدت الكنيسة من قوة الله سلطانها . وتهدف عبادة الله إلى طلب الخير ، أو دفع الشر والبلاء ، أو الشكر على ما يناله الإنسان . وجوهر الدعاء فى الصلاة ، الاعتراف بالقدرة الإلهية.

ولم تعجب هذه المقالة رجال الكنيسة ، لأنهم يقيمون معرفة الله ، والاعتقاد فى وجوده ، والإيمان به ، على جوهر آخر ، هو « المحبة » . ثم حدث فى لندن عام ١٦٦٥ — ١٦٦٦ وباء وحريق مشهور استمر خمسين يوماً ، أفزع الناس ، ودفعهم إلى البحث فى العلة التى جعلت الله تعالى ينزل بهم هذه الكوارث ، فقالوا : هذه لعنة من الله حلت بسكان لندن ، نتيجة كفر هوبس وأتباعه ، ممن اعتنقوا آراءه الفلسفية . وشكلت لجنة للنظر فى كتبه ، وقدم إلى البرلمان مشروع للنظر فى أمر الزنادقة والحد من نشاطهم .

وخاف هوبس على حياته . وتحرك بعضهم بالفعل ، وطلبوا « أن يحرق هذا الجنتلمان العجوز حيا لزندقته » . وأسرع هوبس يحرق بعض أوراقه التى دون فيها آراءه الدينية ، قبل أن يقبض عليه ويحرق . ثم كتب رسالة يثبت فيها إيمانه ، ويدافع فيها عن نفسه ، ويحتج على عقوبة الحرق ، ولكن الرسالة لم تطبع .

فانظر إلى الخوف كيف دفع هوبس إلى الهرب من الميدان.